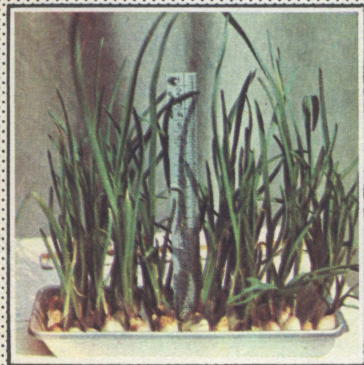




**овоци
на балконе
и в комнате**



Овощи на балконе и в комнате

НОВОСИБИРСКОЕ
КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
1989

ББК 42.34
О32

Коллектив авторов:
к. с.-х. н. Л. П. ТРОПИНА (составитель),
к. б. н. В. П. ГРАНКИНА, Ю. В. ФОТЕВ,
А. Г. ТРОПИН, В. П. ПЕТЕЛЬКО.

В Сибири зелень из открытого грунта поступает с мая по октябрь. В остальное время года можно выращивать овощи на балконе и в комнате. Для этого надо совсем немного: знать, какие виды растений выбрать, какие условия им создать, и вовремя заготовить грунт и посадочный материал.

Как все это лучше сделать, рассказывают сотрудники Центрального сибирского ботанического сада СО АН СССР и Новосибирского сельхозинститута.

Книга рассчитана на широкий круг читателей.

О 3803030300—018 19—89
М143(03)—89

ISBN 5—7620—0019—2

© Новосибирское
книжное издательство, 1989

Растения подобны несговорчивым людям, от которых мы можем добиться всего, если в обращении с ними учитываем их характер.

Спокойное наблюдение, спокойная последовательность в том, чтобы во всякое время года и в каждый час было сделано все нужное,— это для садовода необходимо, быть может, более, нежели для кого бы то ни было.

Гёте

ВВЕДЕНИЕ

Полезность овощей прежде всего в том, что они обеспечивают нас витаминами С, В, Р, РР, каротином. Много в них и минеральных солей — калия, кальция, магния, фосфора, железа. Овощные растения широко применяются в лечебной практике не только при авитаминозах, но и при других болезнях, так как препятствуют превращению углеводов в жиры. Они положительно влияют на кислотно-щелочное равновесие в организме и незаменимы в профилактике старения, поэтому значение крылатой фразы: «Зелень на столе — здоровье на сто лет» — очевидно.

В Сибири зелень из открытого грунта поступает в мае—октябре. В остальное время, с ноября по апрель, основным источником витамина С являются консервированные овощи и фрукты. Однако можно иметь свежие овощи на столе и зимой. Для этого потребуется совсем немного: знать, какие виды растений лучше выращивать, какие условия надо создать им в квартире или на балконе, и вовремя заготовить посадочный материал.

Огромно жилищное строительство в нашей стране. Десятки тысяч семей заселяют ежегодно новые дома и квартиры, и некоторые новоселы быстро «обживают» свои балконы, превращая их в кладовую для хранения вещей.

С наступлением лета не все уезжают на дачу, не у всех есть и садовый участок, но маленький огород можно устроить и в городе — сначала на окне, а позднее — на балконе. Тогда с ранней весны и до поздней осени в доме будет свежая зелень.

В начале лета с балконных «грядок» ежедневно могут поступать зеленый лук, петрушка, укроп, редис — ранние скороспелые овощи, затем томат, огурец и даже перец.

В осенне-зимний период урожай с домашнего огорода можно получать, используя простейшую осветительную установку и соответствующий режим питания растений.

Весной, когда день длинный и тепла от солнечных лучей много, можно выращивать в квартире рассаду томата, перца, огурца для приусадебных участков и балконов.

Правильный выбор сортов и соблюдение агротехники позволят вам получить прекрасный урожай, не выходя из дома. Уход за комнатным огородом не утомителен, наоборот, доставляет удовольствие от общения с живой природой. Овощные растения украшают квартиру, создают уют и хорошее настроение. Растение живет рядом с вами, на ваших глазах оно развивается, меняясь изо дня в день. Сегодня вы увидели новый листок, а завтра и в скором будущем — цветок и плод.

Какое количество продуктов можно получить с комнатного огорода?

При минимальной площади (1 м²) выход овощей будет примерно 8—10 кг зеленых листьев при 2—3-кратных срезках выгоночных и однолетних зеленных и теплолюбивых культур за весь период выращивания.

УСЛОВИЯ КУЛЬТИВИРОВАНИЯ ОВОЩНЫХ РАСТЕНИЙ В КОМНАТЕ

ВИДЫ ГРУНТОВ

С чего начать это увлекательное занятие — выращивание овощей в комнате?

В первую очередь нужно заготовить грунт. Сделать это надо в летне-осенний период. Основной почвенной смеси должна быть дерновая или огородная земля.

Дерновая земля. Лучшая дерновая земля та, на ко-

торой росли злаково-бобовые травы. Если ее требуется немного, то достаточно взять дернину, мелко изрубить и просеять через крупное решето. При заготовке больших количеств земли нарезают пласты толщиной 8—10 см, шириной 20—30 см и длиной 30—50 см и укладывают их в штабель травой к траве. Для обогащения дерновой земли между слоями кладут навоз или сыплют древесную золу (3—4 кг на м³). Лучшее время для заготовки дерна июнь—июль. В течение лета штабель несколько раз поливают водой или навозной жижей и перелопачивают. Весной следующего года просеянную землю используют для выращивания растений.

Перегнойная земля. Готовят ее из смеси различных видов навоза, который закладывают небольшими кучами. При достаточном увлажнении и доступе воздуха навоз разгорается и начинает преть, окончательно разлагаясь через 2—3 года. Для быстрого и лучшего перепревания навоза необходимо кучи 2—3 раза за лето обильно полить водой. Тогда образуется рыхлая и легкая смесь, богатая питательными веществами.

Листовая земля. Опавшие листья, собранные в лиственных лесах, садах, парках весной или осенью, укладывают в подготовленную траншею, обильно поливают и присыпают слоем земли высотой 10—15 см. В течение лета поливы повторяют. Через 2—3 года листья превратятся в рыхлую питательную почву.

Компост готовят из различных органических и минеральных отходов: травы, ботвы, листьев, овощей, опилок, торфа, золы, извести, навоза. Все компоненты смешивают и складывают в кучу или (лучше) траншею, периодически поливают и тщательно перелопачивают. Через 2—4 года компост перепреет и станет однородной земистой рыхлой массой.

Торфяная земля. Заготавливают ее на низинных торфяных болотах. Слои хорошо разложившегося торфа складывают в кучи, в которых он 2—3 сезона проветривается, отчего его качество улучшается. Образовавшаяся легкая, рыхлая земля хорошо впитывает влагу, незаменима в почвенных смесях, но малопитательна в чистом виде. Для повышения плодородия почвы в торфяную землю добавляют навоз.

На окнах и балконах овощные растения выращиваются, как правило, в небольших по объему сосудах, поэтому для получения хорошего урожая почвенная смесь должна быть особенно питательной. Для получе-

ния легкого питательного грунта необходимо взять одну часть листовой, две части торфяной и одну часть перегнойной земли. Чаще всего такую смесь используют для выращивания рассады. Для возделывания взрослых растений целесообразно добавить к этой смеси две части дерновой земли.

Какое количество грунта необходимо для выращивания в квартире выбранных видов овощей?

Как правило, на подоконнике можно разместить 2—3 крупных растения (томат, огурец) и 3—4 таких же растения — на балконе или лоджии. Лучше всего они развиваются в 5—7-литровой посуде. На каждую такую емкость требуется 10—15 кг почвы. Для выращивания зеленных овощей используют ящики размером 40×50 см и высотой 12—15 см, в которые входит 3—5 кг почвы. Горожанину, имеющему садовый участок, кроме этого количества грунта следует иметь 2 ведра смеси для выращивания рассады, а в целом ему потребуется 3—4 ведра почвы.

УДОБРЕНИЯ

Растения получают из почвы воду и растворенные в ней соли азота, фосфора, калия, магния, железа и другие элементы питания. В почве, особенно в почвенных смесях, немало этих элементов, но недостаточно для растений. В почву следует вносить главным образом три наиболее важных питательных элемента: азот, фосфор и калий. В остальных солях растения нуждаются меньше, поэтому им хватает того количества, которое находится в почве.

Из азотных удобрений чаще применяют аммиачную

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ © ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ © ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы разрезанная луковица не засохла, положите ее срезом вниз на блюдо с солью.

Квашеную капусту, даже очень кислую, лучше не промывать, так как при этом теряются витамины и микроэлементы. Перед приготовлением ее отжимают, добавляют по вкусу сахар или свежую капусту и морковь.

В рассоле квашеной капусты столько же витамина С, сколько и в самой капусте.

селитру (содержание азота 34,7—35,0%), сульфат аммония (азота 20,5—21,5%), мочевины или карбамид (азота 46%). Все они, включая аммиачную селитру, подкисляют почву, поэтому одновременно надо добавлять в почву известь или мел в равных количествах.

Азот способствует росту зеленой массы стеблей и листьев. Особенно нуждаются в нем молодые растения (сеянцы, рассада), а также все цветущие и плодоносящие культуры в начале вегетации. При недостатке азота листья становятся бледно-зелеными и рано желтеют. Избыток азота вызывает буйный рост зелени, стебли и листья становятся нежными, слабыми, неустойчивыми, гнутся от собственной тяжести. Цветение и плодоношение таких растений позднее и слабое.

Из калийных удобрений широко применяют хлористый калий (60—62%), калийную соль (30—40%) и серно-кислый калий (45—50%). Калий способствует общему росту растений и вызреванию побегов, благоприятно влияет на цветение, плодоношение, улучшает окраску плодов.

Потребность растения в калийных удобрениях определяют по листьям: при недостатке калия листья становятся бурыми с коричневой каймой по краям. На плодах появляются желтые пятна. Верхушки листьев томата закручиваются.

Из фосфорных удобрений чаще применяют суперфосфат, в котором фосфорной кислоты содержится 19,0%. Фосфор ускоряет и улучшает цветение и плодоношение, делает их более продолжительными и обильными. При нехватке фосфора растения гораздо хуже растут, листья по краям желтеют и постепенно отмирают. Особенно чувствителен к недостатку фосфора томат: на нижней стороне листа рано появляются красновато-фиолетовые пятна.

Избыток фосфора или калия тоже плох — сдерживается развитие зеленой массы, побеги и листья слишком рано вызревают и заканчивают рост, не успев достигнуть нормальных размеров. В результате образуются маленькие, слабо цветущие и плодоносящие кустики.

К калийно-известково-фосфорным удобрениям относится зола. В золе соломы злаков содержится 9—22% калия, в золе стеблей подсолнечника — 36—40, в древесной золе — 7—13, в золе торфа — 0,5—4,7%. Кроме калия, в золе есть фосфор (2—8%), известь (3—4,2%)

и много микроэлементов, в которых нуждаются овощные растения.

За последние годы значительное распространение получили сложные удобрения: нитрофоска, содержащая азот, фосфор и калий примерно в равных количествах (11—12%); аммофоска (11—12% азота, 46—60% фосфора); диаммофос (20—21% азота, 51—53% фосфора).

Химическая промышленность начала выпускать смешанные удобрения, так называемые огородные, плодово-ягодные и цветочные смеси. Азота в них около 6,0—6,4%, фосфора — 9,0—9,6%, калия — 6,4—9,0%.

Рижский химический завод «Аэрозоль» изготавливает удобрительные смеси А и Б в порошках и таблетках. Вес таблетки 16 г, она содержит азот, фосфор, калий и микроэлементы: цинк, марганец, молибден, кобальт, бор. Удобрительная смесь Б кроме перечисленных микроэлементов содержит магний и железо.

Все перечисленные удобрения целесообразно применять в виде подкормок. Для этого в литре воды растворяют 1,5—2,0 г аммиачной селитры и калийной соли. Эти удобрения хорошо растворяются в холодной воде. Фосфорные удобрения, например, суперфосфат, вносят также в виде раствора (2—4 г на 1 л воды). Так как суперфосфат плохо растворяется в воде, его следует готовить заранее. Раствор готовят так: 1 л воды с 5 граммами суперфосфата кипятят на медленном огне в течение получаса или заливают удобрение горячей водой и оставляют на сутки. Получается прозрачная жидкость с осадком на дне, ее переливают в другую банку, чтобы в рабочем растворе не было осадка.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Овощное блюдо, приготовленное впрок, не разогревайте полностью; следует разделить порцию, которую собираетесь подавать на стол.

Вареная свекла получится более сочной и вкусной, если варить ее в кожуре, не срезая корешков и остатков стеблей.

Чаще всего салаты готовят из овощей — сырых, вареных, тушеных, припущенных. В них можно добавлять каши, отварные бобовые, сыр, брынзу, творог, яйца и заправлять сметаной, растительным маслом, майонезом, а также соусами, приготовленными на основе майонеза, творога, кефира.

Проще вносить суперфосфат (порошок или гранулы) в лунки около растения. Чтобы не повредить корни, можно заделать его в верхний слой почвы. Норма внесения 2—4 г на литровый горшок, для большого горшка — до 15—20 г.

Наиболее доступный и эффективный вид подкормки — мясная вода, то есть вода, которая остается после мытья сырого мяса. Частицы крови — отличное азотное удобрение. Предварительно мясную воду надо процедить, удалив кусочки жира.

Обильные и частые подкормки горшечных растений, особенно зимой, приводят к появлению трипса и других вредителей, поэтому надо строго соблюдать нормы применения удобрений. Мясную воду (раствор бледно-розового цвета) вносят по одному стакану на литровую емкость раз в неделю, в промежутках поливая растения чистой водой.

Наиболее эффективная подкормка для комнатных растений — птичий помет. Он содержит в 2—3 раза больше азота, фосфора и калия, чем коровий навоз. Многие овощеводы считают птичий помет вредным и даже ядовитым, это мнение ошибочное.

Настой птичьего помета готовят следующим образом: посуду до половины наполняют пометом и доливают доверху водой. В теплую погоду раствор оставляют для брожения на 5—7 дней. Настой будет готов, когда прекратится выделение пузырьков газа. Для подкормки одну часть настоя разбавляют 8—10 частями воды. Раствор вносят каждые 2—3 недели во влажную почву.

В комнатных условиях целесообразно готовить настой небольшими порциями, только на одну подкормку, и использовать в свежем виде. Для этого 5—6 г сухого помета заливают кипятком и, когда он растворится, доливают до 1 л водой. Такие подкормки проводят чаще, 1 раз в неделю. Можно растертый в порошок сухой помет заделывать в почву не растворяя, на литровый горшок требуется чайная ложка порошка, заделывают в верхний слой почвы, неглубоко. Этой порции достаточно на 2—3 недели.

Следует заметить, что настой куриного помета, в отличие от коровяка, не оставляет дурного запаха в комнатах даже при закрытых окнах.

Очень важно знать, что подкармливать можно только здоровые растения в период их усиленного роста и

плодоношения. Нельзя удобрять больные, только что пересаженные, а также переходящие в период покоя растения.

СПОСОБЫ ВЫРАЩИВАНИЯ ОВОЩНЫХ КУЛЬТУР

Земляной. При земляной выгонке используют керамические горшки или кастрюли с просверленным дном, набитые почвой. Размещают их на подоконниках, подвесных полках или передвижных этажерках, которые ставят на освещенные солнцем места. Самое простое приспособление для выращивания овощей в комнатных условиях — деревянный ящик размером 40×50 см и высотой 12—15 см. Размеры его можно менять в зависимости от длины и ширины подоконника. Иногда несколько ящиков устанавливают на подоконнике в 2—3 ряда — один над другим. Можно выращивать овощи и в мешочках из полиэтиленовой пленки диаметром 25—30 см и высотой до 25—30 см, на дне которых сделаны небольшие отверстия для регулирования водно-воздушного режима. Очень удобны кастрюли высотой 17 см, диаметром 22—25 см. Их заполняют почвой на 2/3 высоты и вставляют в них на все время выгонки растений воронки для полива (см. рис.).

Для горшечной культуры можно рекомендовать почвенную смесь, сделанную по П. Е. Утянову (1968 г.): две части плодородной огородной земли, одна часть перепревшего торфа и одна часть крупнозернистого прокаленного песка, в которую добавляют 1—2 столовых ложки мелко растертых мелков. Все тщательно перемешивают и заполняют смесью ведро или кастрюлю.

Сравнение урожая выгоночных культур, выращенных на гидропонике (гравий, песок) и на земле с применением полного минерального питания, показало, что он почти не отличается. При **гидропонном способе** вместо почвы используют чистую воду или искусственный субстрат (гравий, песок, керамзит*, вермикулит,** торфя-

* Керамзит — камень, созданный человеком. Его используют как строительный материал, компонент бетонных изделий, при утеплении домов, как фильтрующий материал в очистных сооружениях, причем качество очистки воды очень высокое. Кроме того, экономится электроэнергия, затрачиваемая для работы очистных сооружений.

** Вермикулит — это различной формы (шарики, палочки) и величины частицы из обожженной глины.

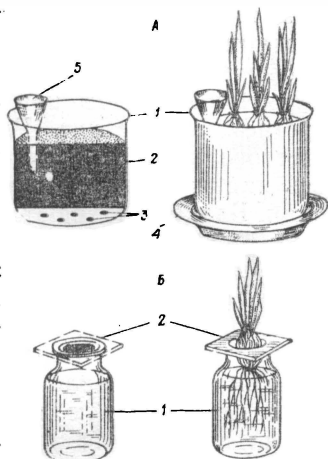
ная и моховая среда), подпитанный раствором минеральных солей. Растения высаживают в горшки или ящики, набитые гравием, или в стеклянные банки с водопроводной водой или питательным раствором и размещают на этажерках или стеллажах.

Лучший грунт — гравий с диаметром частиц 2—6 мм. При гидропонном способе выгонки для растений создаются условия, близкие к естественным и соответствующие их биологическим особенностям. Например, лук в естественных условиях чаще всего произрастает на каменистых и щебнистых склонах или маломощных почвах, каменистых субстратах, в расщелинах скал, и лишь лук-скорода растет на болотистых почвах с временным или постоянным увлажнением.

При **чисто водной культуре** в домашних условиях применяют полное минеральное удобрение с микроэлементами, которое продается в хозяйственных и цветочных магазинах. Растения в горшках первое время поливают 1—2 раза в день, позднее на (2—3-й неделе) их подкармливают 3 раза. Растения на гидропонике подкармливают путем постепенного погружения субстрата в питательный раствор на 30—40 мин 2 раза в сутки в начале и 3 раза в конце выгонки.

Культуры, выращиваемые без почвы, все элементы питания получают из раствора или запасящего органа. Для разных культур используют разные питательные растворы, а порой и просто водопроводную воду. Наиболее распространен 3-компонентный раствор. Для этого на 10 л воды берут 25—30 г аммиачной селитры, 20—25 г суперфосфата и 10—15 г хлористого калия. Возможен и 2-компонентный раствор: 30—50 г аммиачной селитры и 15—25 г калийной соли на ведро воды.

М. И. Гнутова (Новосибирск). для выгонки мелких



Способы выгонки лука репчатого:

А 1 — емкости; 2 — субстрат (гравий, почвенная смесь, торф); 3 — отверстия для стока раствора; 4 — поддон

Б 1 — банки, заполненные водой; 2 — картон для поддержания лукович

луковиц репчатого лука использует простой вариант гидропонной установки. Берется чистый водный раствор и обычные стеклянные банки емкостью 0,5—0,75 л, накрытые картоном или полиэтиленовой пленкой с отверстием в середине. Размер отверстия должен соответствовать размеру луковицы, чтобы растение находилось над водным раствором, а погружены были только корни. Банку заполняют водой на 2/3 объема.

Ф. Т. Седнецкий (Гдовский район Псковской области) выращивает зеленый лук в невысокой, но широкой кастрюле. По величине ее диаметра он вырезает круг из фанеры и делает в нем отверстия стамеской в шахматном порядке. Круг крепит к кастрюле четырьмя крючками из проволоки на высоте 8 см от дна. Затем наполняет кастрюлю теплой водой так, чтобы уровень ее был выше круга на 1—2 см. В каждое отверстие вставляет луковицу. Истощенные луковицы постепенно заменяет новыми. Чтобы ускорить отрастание лука, он добавляет в кастрюлю теплую воду или ставит ее время от времени в теплую комнату.

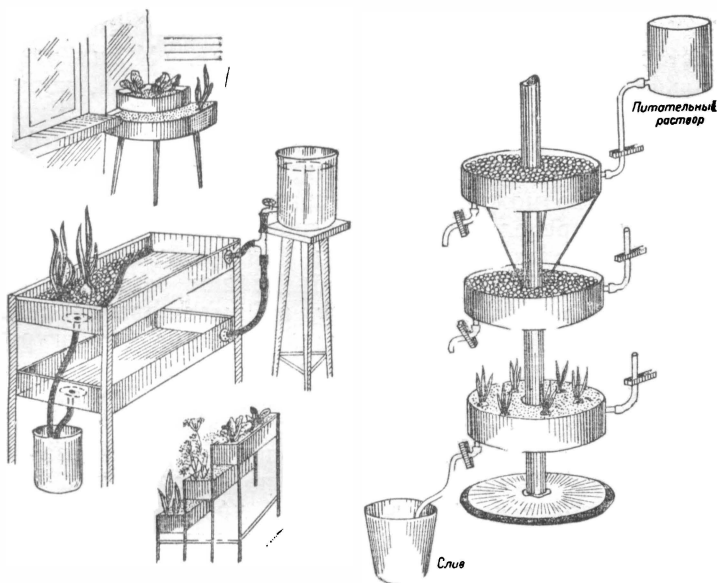
Один из возможных вариантов гидропонной установки показан на рисунке. Это этажерка с тремя рядами полок, каркас которой изготовлен из дюралевого трубок, ее можно легко собрать и разобрать, трубки, как у пылесоса, вставляются одна в другую. К основным четырем стоякам припаяны крепления для поперечных трубок и полочек. На полки устанавливают растительные. Расстояние между полками 50 см.

На каждой полке (по одной над каждой растительной) должна быть лампа дневного света. Удобный размер растений 50 × 25 см, высота 10 см. Изготовлены они

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Половинкой разрезанной луковицы можно легко очистить от ржавчины нож или вилку.

Если у вас редеют волосы, делайте время от времени для них питательную маску. Для этого смешайте чайную ложку меда, сырой желток, ложку растительного масла (касторового или репейного), две чайные ложки шампуня и сок натертой луковицы. Нанесите эту смесь на кожу головы, обмотайте ее полиэтиленовой косынкой, а сверху повяжите теплым платком. Через час-два вымойте голову шампунем.



Простейшая гидропонная
установка для выгонки
овощных растений

Многоярусная гидропонная
установка

из пластикового материала — винипласта. Чтобы удобно было поливать, в каждой растильне делается отверстие для шланга (сбоку или в центре на дне), через который проходит раствор. Диаметр шланга 0,7—1,2 см (из аптечки). На каждый шланг навешивают прищепку (можно бельевую), чтобы регулировать уровень раствора в растильне.

СВЕТ

Свет — главный фактор, обеспечивающий рост, развитие и продуктивность овощей в жилом помещении. По данным Н. С. Богдановой и Г. С. Осиповой (1984 г.), больше всего прямого света попадает на веранды, балконы, лоджии (до 60—80% естественного освещения). В комнате, на подоконнике, по мере удаления от стекла интенсивность освещения резко снижается (до 30—40% естественного освещения), а на расстоянии 1,5—2,0 м от окна оно составляет только 20—25%.

Многим овощным культурам, выращиваемым в комнатных условиях, не хватает естественного дневного света. Они вырастают бледно-желтыми, с вытянутыми

стеблями и мелкими недоразвитыми листьями. Такие растения называются этиолированными. У них растут только вегетативные части (стебли, листья, корни), цветы и плоды, как правило, отсутствуют.

В растениях нет ни одного процесса, который не зависел бы от лучистой энергии. По отношению к свету, учитывая возможности культивирования овощей в теплицах в определенное время года, овощи делят на несколько агротехнических групп. Как правило, на четыре.

В первую группу объединяют растения, наиболее требовательные к свету, их выращивание невозможно в ноябре, декабре и начале января. Это огурцы, томаты, фасоль, цветная капуста (рассадой), сельдерей на зелень (из семян), баклажаны, перец, салат, лук-порей на зелень (из семян), свекла на лист (из семян).

Вторая группа. Эти овощи менее требовательны к свету. Выращивать их можно круглый год, правда, в период с ноября по январь урожай их будет на 25—50% ниже. Это редис, укроп, шпинат.

Третья группа овощных культур малотребовательна к свету. Выращивать их можно круглый год: лук репчатый на зеленый лист (луковицами), чеснок (зубками), петрушка на зелень (из корня), свекла на лист (из корней), щавель (из корневищ), лук-батун (луковицами), ревень (из корневищ), цветная капуста (доращивание).

Четвертая группа растений совершенно не требует света для выгонки: спаржа, цикорий салатный, салат Ромэн (доращивание).

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Зеленые листья лука целебны: если ими потереть укушенное оводом или комаром место, то боль тотчас же проходит. При укусе пчелы сок лука также помогает, но предварительно из ранки нужно вытащить пчелиное жало.

Перед тем, как жарить лук, обваляйте его в муке — он будет более золотистый, хрустящий и не подгорит.

Бульон станет золотистым, если добавить в него немного промытых луковых чешуй.

Перед закладкой в суп коренья и лук рекомендуется обжарить, чтобы во время варки не улетучились ароматические вещества.

Размещая растения в комнате, необходимо учитывать их биологическую зависимость от световых условий. Наиболее светлюбивые надо размещать на самых светлых южных подоконниках, менее светлюбивые — около окон, а в углах, на этажерках и на полу — только самые теневыносливые. В зимнее время, когда окна часто покрыты льдом, в короткие и нередко пасмурные дни создается критический световой режим, и растения развиваются медленно. Чтобы они росли нормально и давали урожай, необходимо дополнительное освещение, например, обычной люминесцентной лампой.

Лампы накаливания мало пригодны для этого из-за избыточного тепла, выделяемого ими. Кроме того, они относятся к так называемым точечным источникам света, поэтому интенсивность облучения и освещения растений быстро уменьшается с увеличением расстояния. В большинстве случаев освещенность растений под этими лампами очень неравномерна.

Люминесцентные лампы — тонкие белые стеклянные трубки — более эффективны для выращивания многих овощных культур. Лучше всего они работают при температуре воздуха 20—25°C. При температуре около +5°C они зажигаются плохо, и светоотдача от них уменьшается. Люминесцентные лампы без опасения обжечь можно приближать к растениям на расстояние до 5 см. Температура стекла лампы, горящей непрерывно 5—20 ч, не превышает 45—50°C.

Срок службы этих ламп составляет 10000 ч. От частого включения и выключения он сокращается, поэтому надо включать их в сеть последовательно с дросселем, зажигая при помощи стартера. Схема включения приводится на рисунке. Для монтажа пригоден мягкий телефонный провод в полихлорвиниловой изоляции сечением 0,35 мм² для перемычки между стартером и лампой и сечением 0,5 мм² для перемычки между лампой и дросселем.

Чтобы растения были максимально освещены, целесообразнее монтировать лампы параллельно на металлической или деревянной прямоугольной раме с интервалами между продольными осями трубок от 35 до 90 мм.

Для усиления освещенности, создаваемой люминесцентными лампами, можно применять отражающий экран из полированного алюминия, жести или окрашенного железа. Невысокая температура на поверхности

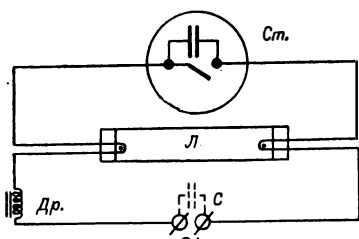


Схема включения
осветительной установки

люминесцентных ламп позволяет также использовать в качестве экрана белый картон, бумагу и побеленную фанеру, пропитанные огнестойкими растворами. Наиболее сильное отражение создает экран, покрытый специальным раствором: сернокислый барий — 1000 весовых единиц, кинопленка — 2, ацетон — 1300 весовых единиц. Для улучшения

отражения и вентиляции экран располагают на расстоянии 2—3 см от лампы. Такой экран увеличивает освещенность растений на 30—40%.

О влиянии света на развитие растений говорит следующий опыт. Мы занимались выгонкой репчатого лука в разные месяцы. В первые 10 дней лук, выращиваемый в слабо освещенном помещении (а можно выращивать его в темной, совсем не освещенной комнате), имел этиолированные листья. Чтобы они приобрели нормальный зеленый цвет, мы ставили растения в более освещенное помещение. При естественном свете осенью у лука на подоконнике листья становились зелеными за 8—10 дней, весной — за 2—5 дней. При освещении люминесцентными лампами мощностью 90—115 Вт на квадратный метр площади листья приобретают нормальную зеленую окраску за 3 суток. Следует помнить, что зеленые листья содержат витамина С в 2 раза больше, чем этиолированные.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Лук лучше подрумянится, если добавить в масло немного сахарного песка.

Чтобы удалить со сковороды луковый запах, насыпьте на горячую сковороду влажные листочки использованного чая.

Чтобы нож или вилка не пахли луком, протрите их растительным маслом или сухой солью или порежьте этим ножом морковь.

Если лук замерз, размораживайте его в холодной воде.

ТЕПЛО

Зимой в жилых помещениях температура воздуха составляет 18—20°C. На окнах она на 4—5°C ниже. Недостаток тепла и света ограничивает выбор овощей, поэтому целесообразно в этот период заниматься выгонкой растений.

В первую неделю выгонки лучше всего держать растения при температуре 18—20°C. Во вторую и третью недели следует создать более низкую температуру, около +13°C. В этом случае продолжительность выгонки увеличится в 2 раза, но листья приобретут хороший товарный вид и будут дольше храниться в срезанном виде. Зимой при проветривании помещений растения надо убирать с окон, а в особенно морозные дни лучше не открывать форточки вообще.

На мраморных или каменных подоконниках емкости с растениями следует устанавливать на деревянные решетчатые подставки, чтобы зимой корневая система не переохлаждалась, а летом не перегревалась.

В летние солнечные дни растения на подоконниках страдают от перегрева. Листья, соприкасаясь со стеклом, погибают от ожогов. Чтобы уберечь растения от перегрева, надо затенять окна на короткое время (2—3 ч) плотняными или бумажными шторами.

При выращивании овощей в квартире самые светлые окна (южные, юго-восточные и юго-западные) лучше оставить для теплолюбивых растений. На северных окнах следует разместить наиболее холодостойкие и теневыносливые (выгоночные) растения. На южных балконах и лоджиях можно культивировать томат, перец, огурец. На балконах, обращенных на север и северо-запад, с меньшим обогревом, можно выращивать однолетние зеленные и многолетние выгоночные культуры.

ВЛАЖНОСТЬ ВОЗДУХА

В квартирах воздух обычно бывает суше, чем в теплицах и открытом грунте, что не всегда благоприятно для растений. Сделать воздух влажным во всем помещении трудно, но можно улучшить микроклимат вблизи растений путем регулярного полива их и добавления воды в поддоны. Кроме того, несколько раз в день растения необходимо сбрызгивать из пульверизатора. Если они находятся на балконе или террасе, то надо поза-

ботиться о достаточной влажности воздуха и там. В помещениях из бетона воздух особенно сухой, так как бетон сильно и быстро нагревается. В жаркие дни овощи следует усиленно поливать и взбрызгивать. Желательно разместить рядом с растениями широкие емкости с водой (тазики). Летом растения на балконах лучше поливать вечером, так как в ночные часы влага испаряется медленнее.

Лучшая вода для полива летом — дождевая, зимой — снеговая. Городские жители вынуждены поливать водопроводной водой, которая хлорируется. Такую воду необходимо подержать в открытой посуде 1—2 дня. Чтобы быстро обесхлорить свежую хлорированную воду, надо добавить в нее питьевую соду: 1/2 чайной ложечки на 1 л. За 12 ч можно улучшить жесткую воду, если всыпать в нее одну столовую ложку древесной золы на ведро воды.

Вода для полива должна быть комнатной температуры, для теплолюбивых растений ее следует подогреть до 25—27 °С. Теплая вода ускоряет рост и развитие их.

ОВОЩИ, ВЫРАЩИВАЕМЫЕ МЕТОДОМ ВЫГОНКИ

Выгонка — это выращивание растений в период недостаточной освещенности за счет запаса питательных веществ различных органов. Вся надземная часть у многолетних растений осенью отмирает, а органы возобновления, «спящие» почки, продолжают функционировать благодаря запасам пластических веществ, отложенным в корневищах, луковицах и корнеплодах. Спо-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Когда режете лук, смачивайте его время от времени в холодной воде: не будет щипать глаза. Еще один способ не плакать — нацепите на кончик ножа маленький кусочек хлебного мякиша

Чтобы уменьшить горечь, промойте нарезанный лук 2—3 раза под струей воды.

Овощи зеленой окраски (спаржу, стручки фасоли и гороха, шпинат) варят недолго, на пару или в кипящей воде — тогда аскорбиновая кислота меньше разрушается.

способность растений переходить в состояние покоя с последующим возобновлением ростовых процессов — ценная биологическая особенность многолетних растений. Она издавна используется в овощеводстве для выгонки зелени зимой.

У одной группы овощных растений запасующими органами являются луковицы (лук репчатый, шалот, чеснок), у другой — луковицы и корневища (многолетние луки: слизун, шнитт, батун и другие), у третьей — корневища (ревень, щавель) и корнеплоды (мангольд, цикорий салатный, петрушка, сельдерей). Разным группам растений требуются специфические условия заготовки посадочного материала, хранения и выгонки.

ЗАГОТОВКА И ХРАНЕНИЕ ПОСАДОЧНОГО МАТЕРИАЛА

Посадочный материал некоторых овощей можно приобрести в магазине или на рынке (лук репчатый, шалот и чеснок). Они круглый год не сходят с нашего стола. Любителю-овощеводу следует начинать выгонку именно с этих растений. Чтобы иметь более богатый ассортимент культур, заготавливать посадочный материал следует специально. Для этого на огороде надо выделить участок или часть грядки тем растениям, которые предназначены для выгонки. В течение года с них не рекомендуется снимать урожай, чтобы дать возможность маточным растениям укрепиться и набрать больше запасных веществ для выгонки. Так, лук-батун, с которого весной и осенью срезали листья, дал урожай при выгонке в 2 раза меньше, чем батун без срезки.

Для заготовки подбирают крепкие, не пораженные болезнями растения. Корневища, корнеплоды и луковицы складывают в корзины или ящики в таком количестве, чтобы их хватило на весь зимний период. Репчатый лук, шалот и чеснок убирают в августе, в пору пожелтения и полегания ботвы, в теплую сухую погоду, и просушивают в хорошо продуваемом помещении до образования наружных сухих чешуй на луковицах. После просушки корешки и листья на 2—3 см от шейки обрезают, сортируют по размеру и закладывают на хранение. Хранить лук можно в любом сухом помещении при температуре 0... +5 °С и влажности воздуха 75—80%, лучше всего на стеллажах слоем до 30—50 см или в ящиках.

Многолетние луки выкапывают перед снегом (в октябре), вырезая целую дернину и не разделяя ее. Предварительно листья растений подрезают до половины их длины. Корни, а они у многолетних луков довольно толстые и многочисленные, тоже немного обрезают, но так, чтобы они были не короче 10 см, так как наряду с луковицей и корневищем они являются хранилищем пластических веществ. В зимний период многолетние луки можно хранить под навесом, в сарае, на балконе. Устойчивый до -40°C мороз без оттепелей не повреждает корневища. Оттаивать и вновь убирать на хранение посадочный материал не следует.

Овощи, у которых запасающий орган — корневище (ревень и щавель), заготавливают осенью до заморозков. У выкопанных растений удаляют все листья, сохраняя при этом спящие почки, и укорачивают длинные утолщенные корни на $1/3$ длины. Хранят растения обычно на веранде или в подвале, оберегая их от выветривания и высушивания. Почки переносят морозы до $-2^{\circ}\dots -6^{\circ}\text{C}$ (ревень выдерживает и более низкие температуры). Высаживают их по мере необходимости в течение всей зимы.

Мангольд, цикорий салатный, петрушку, сельдерей, у которых запасающий орган — корнеплод, для выгонки выкапывают перед заморозками, в середине сентября. Предварительно у них срезают листья, оставляя черешки длиной не более 2 см. Корнеплоды хорошо хранятся в подвале при температуре $0\dots +4^{\circ}\text{C}$, присыпанные песком или землей, что предохраняет почки от высыхания.

Если у вас нет садового участка, то посадочный материал многих видов растений можно вырастить в ящи-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Овощи желтой и оранжевой окраски — морковь, сладкий красный перец — содержат много каротина. Если их переварить, то каротин перейдет в воду, придав ей ярко-желтую окраску, а сами овощи побледнеют. Эти овощи надо быстро варить на пару или в кипящей воде в плотно закрытой посуде. Так же варят свеклу, добавляя в воду немного уксуса, лимонного сока или кислых яблок, чтобы сохранить естественную окраску корнеплода.

ках на балконе. Для этого овощи рано весной высевают и ухаживают за ними как обычно, но урожай не снимают. Осенью их из ящиков можно не убирать, а прямо в них и поставить на хранение. Щавель и петрушку можно оставить на балконе утепленными, многолетние луки слегка прикрыть от ветра.

Посадочный материал многолетних луков можно заготавливать в местах их естественного произрастания.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ

Лук репчатый — двулетнее растение, но в условиях Сибири его выращивают в трехлетней культуре. В первый год растение, выращенное из семени, образует мелкую луковицу — севок; на второй год у него развивается крупная луковица — выборка, на третий год вырастает стрелка с соцветием и семенами.

Луковица представляет собой укороченный стебель, на котором закладываются почки возобновления. Они защищены сочными чешуями (запасными органами). В 100 г сырой массы луковицы содержится до 5 мг эфирного масла, 10—11 г сахаров, 2,5 г азотистых соединений, до 10 мг аскорбиновой кислоты, 0,6 мг витамина В₁. В листьях больше витаминов, чем в луковице: в них накапливается до 50 мг аскорбиновой кислоты, 0,09 мг витамина В₁, 0,02 мг витамина В₂ и 4 мг каротина на 100 г сырой массы. Кроме того, в листьях содержится лимонная и яблочная кислоты, эфирное масло, фосфор, калий, железо и много микроэлементов, необходимых для жизнедеятельности человека.

Репчатый лук обладает лечебными свойствами и издавна применяется как противочинготное, противовоспалительное и противоревматическое средство. Из луковиц его получают маннит — продукт, предназначенный для питания диабетиков, а из семян — препарат аллилспонин, которым лечат атеросклероз сосудов головного мозга.

До высадки луковицы разделяют на крупные, средние и мелкие и упаковывают (отдельно) на хранение по 1,5—2,0 кг. Этой массы хватает для загрузки одной растильни или ящика. Крупными считаются луковицы массой 60—80 г, средними — 40—50 г, мелкими — 10—20 г. Наиболее высокий прирост урожая (до 254%) получают при посадке мелких луковиц, причем 58% его

приходится на листья. Крупные луковицы выгоднее использовать в пищу.

За три недели до начала выгонки луковицы приносят в помещение с температурой воздуха 20—25°C. Можно ускорить отрастание лука, если очистить луковицы от сухих чешуй и поддержать их в теплой воде, обрезав после этого шейки у луковиц по «плечики». После прогревания и обрезки шейки период выгонки сокращается на 7—10 дней, обеспечивается дружный и равномерный рост, на 20—31% повышается урожай.

Для прогревания очищенные от сухих наружных чешуй луковицы погружают в воду 35—45-градусной температуры на 24 ч, после чего обрезают у них шейку по плечики. Прогретые влажные луковицы можно поддержать 2—3 дня в той же кастрюле, накрытой сверху мешковиной, в теплом месте — около плиты, на батарее, а при появлении корешков высадить.

Использование различного по происхождению посадочного материала также способствует ускоренной выгонке растений. Так, для получения зеленых листьев в поябре — январе берут луковицы южного происхождения (сорта Золотой шар и Каратальский), для выгонки в феврале — апреле — северного происхождения с более длительным периодом покоя (сорта Бессоновский, Стригуновский), а также местные формы, которые выращивают жители Сибири на огородах. У южных сортов листья нежные, но они быстро теряют товарный вид. У северных сортов листья более острые на вкус и довольно устойчивые к полеганию. Они могут храниться в полиэтиленовых пакетах в холодильнике продолжительное время.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Белые овощи — картофель, цветную капусту, лук, кольраби — ненадолго опускают в кипящую воду, оставляя посуду открытой. Воду сливают раньше, чем сварятся овощи (примерно через 15 мин после закипания). Картофель доводят до готовности на пару, слабо нагревая в плотно закрытой кастрюле.

Сколько нужно воды для варки овощей? В открытой посуде на 1 кг овощей требуется 3—4 л воды, в закрытой овощи покрывают водой не более чем на 1,0—1,5 см. Чем меньше воды, тем меньше теряется питательных веществ.

В опытах по отращиванию лука мы испытывали разные сроки посадки его, в зависимости от величины луковиц, в водопроводной воде и в торфо-перегнойных смесях без удобрений. В первом случае луковицы плотно сажали (мостовой способ) в мелкую тару — плоские консервные банки емкостью 1—2 л, во втором использовали гончарные горшки емкостью 3—4 л и сажали луковицы разреженно (3—5 см одна от другой). Время посадки лука на торфо-перегнойной смеси — середина ноября. Отрастание началось на 6-й день, суточный прирост был интенсивным — по 0,8—0,9 см. В результате уже на 28-й день был сделан первый срез при высоте листьев 22—30 см. Вторичное отрастание листьев наблюдалось уже на 4-й день, но рост был неравномерным, высота листьев не превышала 18—20 см, хотя в отдельные периоды листья отрастали за сутки до 1 см. Через 24 дня лук убрали. Общий урожай пера был равен 1,8 кг/м², из них вторая срезка составляла не более 35—40%. Содержание витамина С соответствовало 18,4 мг/100 г, сухого вещества — 8,4%, сахаров — 2,0%.

В последующие сроки лук выращивали на воде. Первый раз его высаживали в середине февраля крупными луковицами. На 20-й день был получен первый урожай зелени, второй и третий срез делали через каждые 9 дней. Высота листьев достигала 10—12 см. При такой уборке продуктивность растений была выше, общий урожай был равен 2,0—2,5 кг/м². Первый срез составлял 70% общего урожая. Ускоренный рост в феврале, по сравнению с декабрем, объясняется более высокой температурой воздуха на подоконнике и увеличением числа солнечных дней. Качество продукции было тоже выше. Содержание витамина С в листьях увеличилось до 27,5 мг/100 г; сухого вещества и сахара было столько же, сколько в первом опыте.

В марте мы заложили еще три опыта с разными сроками посадки. Для выгонки брали луковицы средних размеров. При первом сроке посадки (10 марта) листья срезали уже на 14-й день. Урожай при второй срезке оказался мизерным, поэтому листья урожая луковиц от следующих сроков посадки убирали один раз — 17 и 31 марта. Урожай листьев лука в марте увеличился до 2 кг/м².

Уход за луком при выгонке сводился к регулярным поливам, промывке растений, смене воды. Следует отметить, что очищенные от сухих наружных чешуй лу-

ковицы не только быстрее отрастают, но и меньше загрязняют воду.

Добавление питательного раствора (3—5 г суперфосфата, 3—5 г калийной соли, 1,5—2,0 г аммиачной селитры на 1 л воды), еженедельно по 1—2 столовых ложки на литровый сосуд, в воду и почвенную смесь не способствовало ни скорости отрастания, ни увеличению урожая. Из этого следует, что в луковице достаточно питательных веществ для двухразовой выгонки листьев при естественном дневном освещении.

Можно выгонять лук на гидропонной установке в темном помещении с подсвечиванием 90—115 Вт/м² 12—14 ч в сутки при температуре 16—18 °С. Луковицы высаживают мостовым способом по 60 шт. в растильню, субстрат затопляют питательным раствором (его состав приведен выше) снизу 2—3 раза в день по 30—40 мин; раствор при этом не должен закрывать луковицы.

Продолжительность выгонки не превышает 20—25 дней. При таком способе выращивания в 100 г зеленых листьев накапливается до 25—30 мг витамина С, 1,8—2,7 мг каротина, то есть качество лука не отличается от выращенного в открытом грунте. Урожай составляет 1,0—1,5 кг/м². В последнем случае сокращение сроков выгонки и высокая питательная ценность продукции обусловлены оптимальным для растений световым режимом.

Наиболее простой и доступный способ выгонки лука из описанных выше — в чистой воде. Таким образом, за

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Варку овощей на маленьком огне в небольшом количестве воды или в собственном соку в закрытой посуде называют припусканием. Припускание в соусе с добавлением специй и приправ — тушение. При тушении и припускании, по сравнению с обычной варкой, потери питательных веществ значительно уменьшаются, вкус овощей улучшается, но потери витамина С увеличиваются.

Овощи нужно варить в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды) — это сохраняет полезные для организма соли калия. Исключение составляют свекла и стручки гороха, которые при варке в соленой воде приобретают неприятный вкус.

зиму можно получить урожай лука 3—4 раза через 1,0—1,5 мес.

А. С. Самсонов из Свердловска (1985 г.) высаживал луковички в два слоя в небольшую емкость (цветочный горшок) с мелким слоем почвы на дне.

Луковички, у которых были обрезаны сухие шейки, он высаживал вплотную друг к другу, присыпав немного землей, чтобы заполнить пустые промежутки и на 2—3 см прикрыть посаженный слой. Затем над ним высаживал второй слой луковичек, которые землей не присыпал. Поливал как любое комнатное растение. Пробудившиеся растения выбросили очень плотную щетку листьев. Урожай зелени с этой двухслойной площадки был в 2 раза больше, чем при обычном способе выгонки.

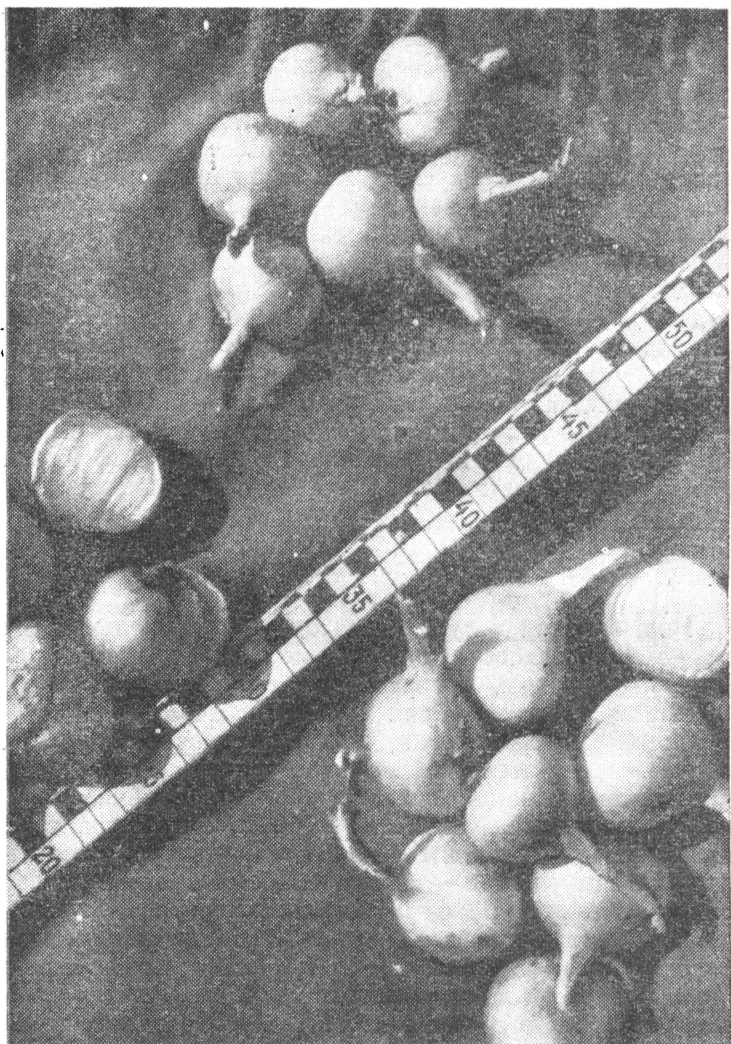
Занимается А. С. Самсонов и двухслойной выгонкой чеснока. Для этого в ноябре 230 зубков чеснока он раскладывает в 2 слоя в емкости площадью 3 дм². К февралю чеснок дает густую, нежную, сочную зелень.

ЛУК-ШАЛОТ

Вид, близкий к луку репчатому. Отличительная черта — многогнездность. В луковичке формируется в среднем 10—20 новых луковичек массой 20—40 г. Листья шалота более узкие, прямостоячие, расположены компактно. Вид скороспелый, отличается хорошей лежкостью и более длительным периодом покоя.

В Сибири шалот известен как сороказубка, семейный и огородный лук. Местное население ежегодно выращивает его в значительных количествах. Основной способ размножения — вегетативный. Наиболее распространенные местные формы лука репчатого, близкие к шалоту, нетрудно распознать по внешнему виду и внутреннему строению. Они имеют луковички продолговатой формы, фиолетовой окраски, на поперечном разрезе которых хорошо видны 5—8 зачатков. Реже встречаются формы с плоско-округлой луковичкой желто-коричневой окраски. В СибНИИРСе (г. Краснообск Новосибирской области) выведены и районированы 2 сорта лука-шалота: Сибирский желтый и СИР-7 — скороспелые, с хорошей лежкостью даже в комнатных условиях.

Для выгонки берут луковички, выращенные обычным способом и одинаковые по массе, очищают их от лишних чешуй, обрезают сухую шейку, замачивают в теп-



Лук-шалот

лой воде и высаживают мостовым способом в растильни или горшки с землей по плечики. Следует помнить, что выгонку шалота, как и лука репчатого северного происхождения, следует начинать в марте — апреле, так как он имеет длительный период покоя.

При выгонке местных форм шалота, привезенного

нами из разных районов Новосибирской области, за 2 недели были получены готовые к срезке листья высотой 20—30 см и хороших вкусовых и товарных качеств. Одна луковица дает 20—30 листьев общей массой 60—70 г; в пересчете на 1 м² урожай листьев составляет 3,0—3,5 кг, то есть в 1,5 раза больше, чем у лука репчатого.

ЛУК-БАТУН

У этого вида лука продолговатые, иногда почти не развитые луковицы. Они достигают высоты 5 см, диаметр их 1,0—1,5 см, сидят на корневище. Листья трубчатые, высотой 30—50 см. В странах Азии и Европы батун широко культивируется для получения зелени весной и ранним летом. Используется для приготовления салатов как витаминное и пряно-ароматическое растение. В 100 г зеленых листьев батун 8,8 г сухих веществ, 2,5—3,0 г сахаров, 35,0—92,3 мг витамина С и 0,3 мг витамина В₁, содержится также рапноза, галактоза, арабиноза, глюкоза и ксилоза.

Батун хорошо растет в комнатных условиях в горшечной и водной культуре. Перед посадкой луковицы очищают от старых чешуй и остатков листьев, но дернину не разрывают. Затем сутки их выдерживают в теплой воде и плотно набивают дерниной подготовленную растильню или ящик с землей. Луковицы заглубляют или присыпают почвой или гравием на 2/3 их высоты. Норма посадки 3—5 кг/м². Для гидропоники рекомендуется двухразовый питательный полив, для торфо-песчаной смеси — одноразовый, который приурочивают к очередной срезке. Полив водой — регулярный.

Выгонку батун можно начинать в октябре—ноябре, и продолжать всю зиму. Сначала растения на 2 недели помещают в слабо освещенное место, а затем дают подсветку или ставят их на подоконник. В зависимости от условий выгонки проводят 1 или 2—3 срезки листьев. Оптимальный температурный режим 13—18 °С, но возможны колебания от 10 до 25 °С. При посадке в октябре—декабре листья готовы к срезке через 25—30 дней, в январе — феврале — через 20—25, в марте — через 20—22, в апреле — через 18—20 дней. Зимой лучше ограничиться одной срезкой, после чего убрать растения целиком. Весной возможны 2—3 срезки через 10 дней. При 2—3-кратной срезке урожай достигает 1,0—

1,2 кг/м². Масса срезанных листьев с одной луковицы через 20 дней выгонки составляет 3,5 г, через 30 дней—4,0 г. В горшке диаметром 15 см, плотно набитом луковицами батуна, можно вырастить через 20 дней выгонки 300 г свежих листьев.

В 100 г листьев батуна, выращенных на гидропонной установке с подсветкой, содержится 7,1 г сухого вещества и 38,5 мг аскорбиновой кислоты. Листья имеют хороший товарный вид, длина их 27—35 см.

ЛУК МНОГОЯРУСНЫЙ

По морфологическим признакам этот вид лука очень близок к луку-бату: листья трубчатые, темно-зеленые, высотой 45—50 см, диаметр их—1,0—1,5 см. На соцветии вместо цветков формируются воздушные луковички-бульбочки, которые располагаются в 2—3 яруса. На первом ярусе самые крупные бульбочки, масса их 5—10 (15) г, количество 2—6 шт., на втором ярусе—4—7 бульбочек массой 2—5 г. Иногда образуется третий ярус с еще более мелкими бульбочками. Мелкие бульбочки—хороший посадочный материал, а крупные идут на выгонку. Подземная (прикорневая) луковица, средняя масса ее 25—40 г, высота 5—6 см, диаметр 3—4 см, имеет хорошие пищевые качества. Подземные луковицы, как бульбочки первого яруса, заготавливают для выгонки.

Лук многоярусный—ценное пищевое и лекарственное растение. Он широко культивируется во многих странах мира ради прикорневых луковиц и зеленых листьев, которые можно срезать уже в начале мая. Это одно из ранних зеленных растений открытого грунта.

Листья этого вида мягкие и нежные на вкус. Они

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

При длительном хранении вкус вареного картофеля и других овощей ухудшается, а витамин С сильно разрушается. Старайтесь использовать овощи не позднее чем через 1,5—2,0 ч после варки.

Вода, в которой варились овощи, содержит ценные питательные вещества. Ее используют для приготовления супов, соусов, но только свежую. Постояв, она теряет вкусовые качества и не годится в пищу.

превосходят листья многих луков по фитонцидной активности и питательности. В них в 1,7 раза больше сухих веществ и витамина С, чем в листьях лука репчатого, и в 2,1 раза больше сахаров. В условиях Новосибирска в 100 г свежих листьев лука многоярусного содержится 9,9—15,4 г сухих веществ. 28,5—56,6 мг витамина С и 1,9—2,9 г сахаров, есть также фосфор, калий и кальций.

В августе наибольшими пищевыми достоинствами отличаются бульбочки и зеленые листья на них. По данным ВИРа, в 100 г воздушных луковичек содержится 9—26 мг витамина С, 11,7—12,1 г сухого вещества и 3,7—6,7 г сахаров. В прикорневых луковицах в (пересчете на 100 г) 12—22 мг витамина С, 20—22 г сухих веществ и 15 г сахаров. Острый вкус листьев и луковиц обусловлен высоким содержанием эфирных масел (до 0,058%), причем с возрастом растений острый вкус листьев повышается.

Посадочный материал заготавливают так же, как для выращивания батуна. Луковицы до выгонки можно хранить под навесом на улице, так как они выдерживают морозы до -40°C . Прикорневые луковицы готовят к посадке так же, как репчатый лук. Бульбочки чистить не надо, но тепловая подготовка им нужна. Количество посадочного материала зависит от величины луковиц. На 1 м² требуется 10 кг крупных (массой 5—10 г) бульбочек, 8 кг средних (масса 2—4 г) и 6 кг мелких (масса 0,7—2,0 г), подземных луковиц пойдет до 10 кг.

У многоярусного лука нет периода глубокого покоя, поэтому выгонять его можно с октября. Опробованы гидропонный и земляной способы выращивания, наиболее целесообразен гидропонный на воде (без удобрений). В этом случае луковицы высаживают в растильни мостовым способом. Лучшие условия: температура $20\pm 1^{\circ}\text{C}$ и освещенность по 10 ч в сутки. При выращивании на гидропонной установке первая срезка листьев возможна на 17-й день. В это время листья достигают максимальных размеров и имеют хорошие вкусовые качества.

Листья лука многоярусного поспевают на 10 дней раньше, чем лука репчатого. Они нежные и длинные (25—35 см). При температуре $20\pm 1^{\circ}\text{C}$ и искусственном освещении по 10 ч ежедневно за 15—17 дней можно получить 1,0 кг/м² продукции при расходе посадоч-

ного материала 0,6 кг/м². На зеленые листья приходится 54—60% общей массы растений.

Второй раз листья отрастают через 15—17 дней и характеризуются большой питательной ценностью. Срезанными хранятся долго (до 10 дней в холодильнике), не теряя сочности.

В горшечной культуре выгонка возможна с начала октября и в течение всей зимы. По данным В. А. Дубинина (1979 г.), бульбочки и подземные луковицы, высаженные в горшки с землей в октябре, отрастают на 5—8-й день, в то время как лук репчатый начал отрастать через 30, а часть луковиц — через 40—60 дней. Листья имели хороший товарный вид и содержали 23,88 мг/100 г витамина С. Общий урожай составил 5,7 кг/м². Урожай лука многоярусного из прикорневых луковиц был 2—3 кг/м².

При многократных срезках лук многоярусный урожайнее батуна и репчатого.

ЛУК АЛТАЙСКИЙ

Листья лука алтайского дудчатые, высотой 35—40 см и 0,8—3,5 см в диаметре. Луковица 2,7—5,7 см в диаметре, высотой 3,4—6,5 см, массой 15,4—22,5 г. Лук алтайский выращивают во многих ботанических садах мира, а также любители-огородники в предгорных районах. Культура близка к батуну, но не заменяет его, так как листья имеют своеобразный вкус.

Лук алтайский — ценный ранний овощ и лекарственное растение. Отличается высокой фитонцидной активностью и большим количеством витаминов. Местное население Алтая заготавливает дикорастущие луковицы на

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы морковь не темнела, кожицу с нее надо снимать тонко, очень острым ножом.

Суп с морковью всегда получается красивым; каротин окрашивает жир, в котором обжаривается морковь, в оранжевые или янтарные тона.

Очищенная морковь быстро вянет. В воде держать ее нельзя: разрушается витамин С и теряются минеральные соли. Лучше хранить очищенную морковь в посуде без воды, прикрыв сверху чистой влажной тканью, но не более 2—3 ч.

зиму. Хранят их на улице под навесом, морозы до -45°C не влияют на их вкусовые качества и жизнеспособность. Хозяйка может в любое время принести луковицы с мороза и заправить ими блюдо. Вкус будет таким, как будто бы они не были замороженными.

Листья ценятся за более высокое, чем у лука репчатого, содержание витамина С (60—105 мг на 100 г сырой массы) и острый вкус и аромат.

У лука алтайского нет периода глубокого покоя, поэтому выгонка его возможна в любое время осенне-зимнего сезона. Для выгонки луковицы заносят в теплое помещение, постепенно оттаивая их, в течение одних-двух суток. Затем 12 ч их выдерживают в теплой воде при температуре $30-40^{\circ}\text{C}$, очищают от сухих чешуй и листьев, подрезают корни до 4—5 см. Садят луковицы мостовым способом на дно растильни, насыпая сверху песок или гравий, а в горшке — до высоты шейки луковицы.

В первые две недели особого освещения не требуется. Через 10—12 дней надо организовать подсветку до 10 ч в сутки или поставить растения на подоконник. Подкармливать можно двухкомпонентной смесью, хотя вполне достаточно регулярного полива водопроводной водой, так как в луковицах достаточно питательных веществ.

В качестве посадочного материала мы брали луковицы массой 20—30 г из расчета $7,5 \text{ кг/м}^2$. Продолжительность выгонки составляла 20—25 дней. Листья достигали высоты 20—23 см, были упругими и насыщенно-зелеными. Долго хранились, не теряя хороших товарных качеств. При загрузке растильни луковицами в количестве 0,3—0,5 кг был получен урожай 1,5 кг, 35—58% которого составляли листья. Удлинение срока выгонки не способствовало улучшению качества и увеличению количества листьев, товарные качества их ухудшались.

Химический анализ листьев 20-дневного возраста, выращенных на гидропонной установке, показал, что в 100 г сырой массы их было 67 мг витамина С, 3,36 мг каротина и 9,95 г сухих веществ.

ШНИТТ-ЛУК

Луковицы шнитт-лука прикреплены к короткому корневищу, продолговато-яйцевидные, высотой 0,7—1,0 см.

Листьев 1—3, они трубчатые, длиной 30—45 см и 0,2—0,8 см в диаметре. Цветки собраны в шаровидные соцветия от бледно-розовых до розово-фиолетовых оттенков.

В культуре сильно ветвится и на 3—4-й год жизни дает дернину, насчитывающую до 200 ветвей. Широко распространен в европейских странах и странах Востока. Ценится как раннее пряно-вкусовое овощное растение. Листья начинают отрастать под снегом, в середине мая их можно срезать. Используется для салатов и приправ, на зиму его солят и сушат. В 100 г сырой массы листьев содержится (мг): витамина В₁—0,14, лактофлавина—0,15, амидникотиновой кислоты—0,60, эфирного масла—15,9, кальция—205, железа—1,4, много фосфора, калия, кальция.

Шнитт-лук—ценное лекарственное растение. В нем обнаружены незаменимые аминокислоты: лизин—0,544, гистидин—0,132, аргенин—1,038, метионин—0,852 и триптофан—0,578 мг (на 100 г листьев). Во всех частях растения присутствуют сапонины.

Для выгонки дернины, приготовленные осенью, заносят в помещение и оттаивают в течение 1—2 дней. Затем, не разрывая дернины, их помещают на 8—12 ч в теплую (30—40 °С) воду, потом очищают от старых листьев и корней, подрезая последние до 5—6 см. Эти приемы способствуют более быстрому отрастанию листьев. При посадке луковицы заглубляют на 2/3 высоты. Первые две недели температура воздуха в помещении должна быть 20—22 °С, что ускорит отрастание, а перед срезкой листьев ящики целесообразно поместить в более прохладное место (14—16 °С), чтобы получить менее изнеженные листья.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Переваренная морковь не только менее вкусна, но менее питательна и полезна.

Позеленевшая часть моркови всегда горчит, поэтому при обработке ее необходимо срезать.

Сушеную морковь надо ошпарить кипятком и залить теплой водой на 1—2 ч для набухания. Варить ее следует в этой же воде, чтобы потеря питательных веществ была наименьшей.

Аскорбиновая кислота повышает защитные свойства организма и помогает ему активнее бороться с заболеваниями, особенно инфекционными.

Шнитт очень требователен к увлажнению, обильные и частые поливы благоприятно влияют на скорость отрастания листьев.

В первые 10—12 дней после посадки свет почти не нужен. Во вторую половину развития обилие света (до 6000 лк по 12 ч в день) значительно ускоряет выгонку и повышает качество продукции. Чтобы быстро получить хороший прирост листьев, необходимо сочетание трех факторов: света, температуры (16—18°C) и обильного увлажнения.

Поскольку у шнитта нет периода глубокого покоя, выгонку можно начинать с октября и продолжать всю зиму, периодически заменяя одни растения (с которых уже срезаны листья) другими. За зиму можно провести 5—7-кратную выгонку через каждые 20—30 дней.

Для выгонки шнитта можно рекомендовать и горшечную, и гидропонную культуру, но более целесообразна горшечная, как менее трудоемкая. Горшки можно набить растениями еще осенью при заготовке посадочного материала. Так как особых требований к почве шнитт не предъявляет, горшки полностью набивают дерниной этого лука, присыпают землей и ставят на хранение под навес.

При выгонке температура воздуха в помещении должна быть 20—22°C. В первые дни горшки ставят в темное место, а на 7—10-й день переносят их на подоконник, где температура ниже (около 14—16°C) и лучше освещенность, или создают искусственное освещение. Потребность шнитта в воде — высокая. В начале развития достаточно 2-кратной, позднее 3-кратной подачи воды или питательного раствора. Первый урожай листьев снимают через 20—30 дней, растения выкапывают целиком или срезают на высоте 2—3 см от шейки луковицы. Следы от срезы на кончиках листьев не ухудшают их качества. Одна луковица дает по 2 листа высотой 27 см и массой 1 г.

В горшок среднего размера диаметром 15 см входит дернина примерно из 200 луковиц, от которых через 20—30 дней выгонки можно получить 200 г зеленого лука. При второй срезке урожай будет в 2 раза ниже, чем при первой, поэтому выгоднее убирать растения целиком, заменяя их новыми, если достаточно посадочного материала.

На гидропонной установке шнитт выращивают тоже из неразорванной дернины, что очень напоминает мос-

товой способ. Температуру поддерживают комнатную, питательным раствором поливают 2—3 раза в день. Продолжительность выгонки 30 дней, после этого растения целиком убирают. Первая срезка возможна уже через 10 дней, но листья в этом возрасте еще горькие и невкусные, поэтому лучше срезать их в возрасте 3 недель. С 1 м² можно получить 0,8—1,2 кг зеленых листьев, в 100 г которых (сырая масса) содержится 21,0—37,9 мг витамина С, 1,21 мг каротина и 8,2—12,2 г сухих веществ. Витамин С в них примерно в 2 раза меньше, чем в растениях из открытого грунта, но примерно столько же, сколько его в луке репчатом.

ЛУК-СЛИЗУН

В естественных условиях обитания слизун — приземистое, почти розеточное растение с плоскими линейными листьями высотой 25—30 см и шириной 1,0—2,7 см от бледно-зеленых тонов до темно-зеленых. Луковица состоит из сочных оснований зеленых листьев, которые образуются в течение всей вегетации и не грубеют до поздней осени. В культуре куст становится прямостоячим. Цветки собраны в зонтик с окраской околоцветника от слабо-сиреневой до фиолетовой.

Слизун ценится как пищевое, лекарственное и декоративное растение с приятным вкусом и слабощелочным запахом. Медонос. Местное население степных и горных районов Алтая и Новосибирской области употребляет в пищу все растение целиком в свежем, соленом

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Находящаяся в овощах, в том числе луках, фолиевая кислота регулирует деятельность кровеносных органов.

В зеленых листьях многолетних луков витамина С больше, чем в листьях лука репчатого.

Зелень промывают под струей холодной воды и измельчают на влажной деревянной доске перед самой подачей на стол.

Чтобы сохранить зелень подольше свежей, вымойте ее, заверните во влажную ткань или полиэтиленовый мешочек и положите в холодное место. Но лучше подавать ее к столу сразу.

и сушеном виде. Слизун обладает высокой фитонцидностью. В 100 г сырых листьев содержится: витамина С — 145 мг, каротина 1,4—2,2 мг, сухих веществ 7—12 г, сахаров 3,6—4,5 г, много соединений железа и много слизи. Листья слизуна не теряют своих качеств при хранении в холодильнике в полиэтиленовом пакете в течение 10—12 дней.

При заготовке посадочного материала надо помнить, что нельзя укорачивать корни более чем на $\frac{2}{3}$ их длины и разделять луковицы, которые располагаются по две рядом на корневище. Листья, оставшиеся на луковице с лета и осени, подрезают до 5—7 см. Хранят посадочный материал в ящиках в помещении, прикрыв от ветра (как и другие многолетние луки, например, алтайский).

Выгонка возможна с октября, так как у слизуна нет периода покоя. Луковицы высаживают мостовым способом в ящик с землей или в растильню (гидропоника). На наш взгляд, лучше выгонять слизун в земляной культуре, так как в естественных условиях он произрастает в степи, на сухих каменистых склонах, хотя и выдерживает непродолжительное затопление. При выгонке следует учитывать еще одну особенность слизуна: листья его нарастают продолжительное время, до 3 мес., поэтому надо иметь место для него на 2 мес., а затем заменять растения новыми. Хорошо иметь для выгонки несколько растений, тем более что красивые листья слизуна зимой украсят подоконник, а летом — балкон.

Выращивать слизун советуем в горшке или кастрюле, заполненной почвой по методу П. Е. Утянова. Посажённые луковицы на 2—3 недели выставляют в мало освещенное место, а затем (по мере увеличения листьев) подсвечивают или ставят на подоконник. Поливают и подкармливают их через 5—7 суток. Оптимальный режим для роста растений: температура $+20^{\circ}\text{C}$ и 10-часовое досвечивание (в сутки). При естественном освещении лучшая температура 10—15 $^{\circ}\text{C}$. Через 20 дней нижние листья можно срезать. Обычно их добавляют в салаты, так как они отличаются тонким ароматом и нежной консистенцией. В течение зимы листья срезают по мере отрастания, оставляя на побеге 2—3 верхних листа. Через 20 дней у одной луковицы вырастает 3—4 листа длиной 14,5—16,5 см и массой 3,5 г.

При гидропонном способе слизун выращивают так

же, как другие многолетние луки. Через 30—40 дней растения убирают целиком, а растильню загружают новыми луковичками. Качество листьев высокое при любом способе выгонки. Так, листья слизуна 30-дневного возраста, полученные при выгонке гидропонным способом, содержат 8,76 г сухих веществ и 22,8 мг витамина С на 100 г зеленой массы, то есть качество их на уровне листьев лука репчатого.

ЧЕСНОК

Чеснок известен как пряно-ароматическое и ценное лекарственное растение. Из него получают препараты для лечения желудочно-кишечных заболеваний, атеросклероза и гипертонии. Чеснок входит в состав аллохола; назначаемого при острых воспалениях печени и желчных путей. Фитонцидная активность и противовоспалительное действие чеснока широко используется в народной медицине.

В листьях чеснока содержится 30—50 мг витамина С, 260 мг калия, 90 мг кальция, 140 мг фосфора на 100 г сырой массы. В листьях витамина С больше, чем в луковичках (зубках), поэтому зимой полезно выращивать чеснок на зелень.

Последние годы в Сибири получили распространение озимые сорта чеснока Сибирский (стрелкующийся) и Новосибирский (нестрелкующийся). Размножаются они вегетативно, время посадки — конец сентября. Наиболее доступный и простой способ — посадка зубками. Оба сорта урожайные, с более крупными, чем у яровых сортов, луковичками, которые хорошо хранятся при температуре 0... +1° до марта. Позднее они начинают высыхать, рассыпаться и прорастать.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Не применяйте много разных трав одновременно: зелень, тем более острая, пряная, должна не заглушать, а подчеркивать собственный аромат и вкус блюд.

Щепотка сахара, добавленная к овощам в процессе варки, улучшает их вкус.

Неприятное ощущение во рту вызывает луковый запах. Выпейте немного молока, и он исчезнет.

Наши опыты показали, что озимый чеснок — перспективная культура для выгонки зелени в комнатных условиях. В отличие от ярового, у него нет периода покоя. Он может давать зелень, начиная с ноября.

Для выгонки обычно берут луковицы или зубки, частично подсохшие, но с неповрежденным донцем, то есть не пригодные для длительного хранения. Перед посадкой их делят на две фракции: крупные — массой 3—5 г и мелкие — массой 1,5—1,7 г. Берут только крупные зубки, освобождая их от покровных чешуй, и сажают плотно друг к другу (мостовым способом), чтобы они удерживались в вертикальном положении. Мелкие зубки используют в пищу.

Можно выращивать чеснок в чистой водопроводной или колодезной воде и в горшках. Мы считаем, что водная культура более эффективна, и рекомендуем очень простой способ посадки. Для закладки зубков удобнее использовать неглубокую и малообъемную посуду (тарелки, консервные банки и т. д.), в которую при плотной посадке вошло бы не более 20—60 зубков. Мы высаживали чеснок в ванночки для образования льда (из холодильника) размером $9 \times 2,7 \times 3-4$ см. В них умещается 64 зубка. После посадки зубки заливают питьевой водой комнатной температуры, постоянно доливая ее так, чтобы вода покрывала корневую систему растений. Подкормки на протяжении всего опыта не проводились.

Зелень начала отрастать на 7-й день после закладки зубков. Среднесуточный прирост листьев составлял 0,3—0,6 см, позднее (в начале декабря) — 0,7 см, иногда даже 2,0 см. Первый срез сделали на 23-й день. Вторичное отрастание листьев наступило на 9-й день, а на 15-й день листья срезали второй раз. Последний раз зелень была готова к срезке через 11 дней. В целом время выгонки составляло 2 мес.

В этот период были заложены на проращивание зубки массой 1,5—2,0 г. Прирост в этом варианте был менее интенсивным, поэтому растения оказались готовы к первой срезке только на 28-й день, ко второй и последней — через 22 дня. На протяжении всего периода выращивания растения второго опыта уступали растениям из первого опыта в длине листьев и интенсивности среднесуточного прироста. В результате продуктивность чеснока в первом варианте была равна 2,5, во втором — 1,8 кг/м². Содержание витамина С во втором

случае составляло 27,9 мг/100 г, сухого вещества — 12,4 %.

Очередная посадка зубков чеснока, тоже разделенных на две фракции, была проведена в конце февраля. При этом сроке посадки листья нарастали интенсивнее, до 1,2—2,0 см в сутки. В результате уже на 11-й день был возможен первый срез. Второй раз листья были готовы к уборке на 12—15-й день. Всего за 40 дней было сделано 3 среза. Продуктивность растений составила 3,0—3,2 кг/м². Качество продукции было лучше: содержание витамина С увеличилось до 57,2 мг/100 г, больше стало сахаров и сухого вещества.

В горшки с торфо-перегнойной смесью (1:1) зубки высаживали рядами на расстоянии 2—3 см, глубина заделки была равна 3—4 см. Уход за растениями заключался в регулярных и обильных поливах почвы. Продолжительность выгонки составляла 2,5 мес (с конца ноября до середины февраля). За время вегетации было сделано пять срезов листьев, общий урожай составил 3,5 кг/м².

При выгонке в горшечной культуре вдвое уменьшается расход посадочного материала, повышается продуктивность растений за счет почвенного питания.

Озимый чеснок выгодно выращивать на зелень в комнатных условиях. Небольшой зубок имеет достаточный запас питательных веществ, чтобы трижды дать высокие листья без дополнительных подкормок. Интенсивная скорость отрастания объясняется биологией растения: в естественных местах обитания чеснок начинает вегетировать при температуре 0... +1 °С. Отсутствие

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Посыпайте готовое кушанье укропом или петрушкой. Этим вы улучшите вкус пищи, обогатите ее витаминами и украсите внешний вид блюда. Зимой подавайте к столу сушеную зелень петрушки и укропа. При правильной сушке они не теряют цвета и полезных качеств, но лучше иметь и зимой эти овощи свежими у себя на столе. Листья их хороши для украшения салатов, а стебли улучшают вкус бульона.

Хотя бы один раз в день необходимо подавать к столу свежие овощи — лук, салат, укроп, петрушку, шпинат, капусту, редис.

сухих покровных чешуй не тормозит прорастания зубков.

Сравнивая два способа выгонки чеснока — водный и почвенный, следует отдать предпочтение первому как наиболее доступному, простому и рентабельному.

ЩАВЕЛЬ

Щавель — многолетнее растение с яйцевидно-округлыми листьями, собранными в розетку. В них содержатся соли железа, калия, кальция, а также витамины В₁, В₂, РР, аскорбиновая кислота (42—89 мг/100 г), каротин (4—6 мг/100 г), яблочная, щавелевая и лимонная кислоты (0,4—1,0%). Цветет щавель в первый год после посева. Отрастать начинает при температуре почвы +1°... +3°C. Молодые листья выдерживают заморозки до -3°C. Для роста и развития растений достаточно невысокая температура: 15—18°C при средней влажности почвы и воздуха.

Щавель хорошо переносит затенение, поэтому недостаток света в комнате не отражается на скорости его роста. При высокой температуре, сухости воздуха и грунта растение быстрее заканчивает вегетацию, накапливая щавелевую кислоту, вредную для организма. Эту особенность следует учитывать в весенний и летний периоды выгонки щавеля на верандах и балконах, когда много яркого солнечного света. Рекомендуемые сорта щавеля: Крупнолистный, Майкопский,

Листья у щавеля отрастают за счет питательных запасов корневища. Для зимней выгонки осенью, до замерзания почвы, с плантации 2—3-летнего возраста необходимо заготовить посадочный материал (корневища) из расчета 8—10 кг/м².

Перед посадкой корневища сортируют, выбирая только с хорошей корневой системой и многочисленными почками. Высаживают их в пакеты, ящики, горшки на расстоянии 10×10 см друг от друга. В небольшие горшки целесообразно сажать по одному корневищу. При посадке корневище щавеля заглубляют до розетки листьев, но точку роста почвой не засыпают. Ящики с высаженными корневищами целесообразно хранить до выгонки в траншеях или закопанными в снег. По мере надобности их откапывают, заносят в комнату и ставят в умеренно освещенное место. В период отрастания грунт должен быть обильно увлажнен. Уход заключа-

ется в регулярных поливах, засыпке корневищ грунтом и рыхлении.

В комнатных условиях при температуре 18—20°C листья начинают отрастать через 8—12 дней, а на 18—25-й день они готовы к уборке. Следующие (второй и третий) срезы можно делать через 15—20 дней. Время выгонки составляет 50—60 дней, масса листьев от первого среза — около 2,8 кг/м², второго — 1,4 кг/м². За зиму в комнате возможны два оборота. Весной щавель хорошо растет на затененных и холодных балконах (северных).

РЕВЕНЬ

Ревень возделывают ради сочных, кислых на вкус черешков листьев в ранневесеннее время. Они богаты солями калия, содержат в небольших количествах каротин, витамины В, Р, С, минеральные соли, фосфор, магний, кальций, железо и органические кислоты — лимонную, яблочную и щавелевую (3,0—10,2 мг/100 г). В медицине ревень известен как слабительное и желчегонное средство. Препараты из него в виде порошков и таблеток применяют для лечения желудочно-кишечных заболеваний.

Из черешков листьев готовят компоты, кисели, цукаты, варенье, квас, добавляют их в рассольники и борщи.

В диком виде ревень произрастает в Саянах, За-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Суточная потребность человека в витамине С составляет около 60 мг. Она может удовлетворяться ежедневным употреблением лука и чеснока в количестве 50—100 г. В северных районах на одного человека в год приходится 6 кг лука, в южных 14—17.

В Сибири произрастает 53 вида корневищных многолетних видов лука, более половины (лук алтайский, батун, Ледебура, луговой, монгольский, сомнительный, линейный, слизун, черемша, скорода, косой и другие) используются местным населением в качестве пищевых, лекарственных, медоносных и декоративных растений. В диком виде они произрастают в небольших зарослях. Лук многоярусный и батун известны только в культуре.

байкалье, Западной Сибири и на Алтае. Это многолетнее растение с мощным корневищем, уходящим глубоко в почву, и множеством спящих почек, за счет которых возобновляется рост листьев и цветочных побегов. На корневище 5—6-летнего растения имеется 5—6 разветвлений, на каждом из которых расположено до 7 спящих почек. Каждая из почек проходит одинаковый цикл развития: 1—2-й год — вегетативный рост, 2—3-й год — формирование семян и отмирание. Сочные листья, растущие на длинных черешках зеленой, розовой или красной окраски, собраны в розетку. У ревеня 5—6-летнего возраста листья и черешки мелкие и несочные. Старые корневища можно использовать для выгонки зелени в домашних условиях, но интенсивнее развиваются корневища 2—3-летнего возраста.

Для зимней выгонки вполне достаточно выкопать осенью 2—3 корневища, удалить у них всю надземную массу, не повреждая спящих почек, которые хорошо заметны, и укоротить на 1/3 самые длинные утолщенные корни. Выкопанные корневища сразу высаживают и хранят в подвале или на веранде. Корневища следует оберегать от выветривания и высушивания — это вредит им больше, чем заморозки. Молодые почки переносят заморозки от -2 до -6°C . Почки трогаются в рост при $+2^{\circ}\text{C}$. Оптимальная температура для их роста и развития — не выше 18°C . Растение не требовательно к свету.

Для ревеня выбирают объемную тару — ведра, глубокие ящики или полиэтиленовые пакеты. Высаженные корневища обильно поливают и притеняют до появления первых этиолированных листочков, затем растения развиваются на свету.

При посадке в середине октября ревень отрастает в конце октября, а через месяц после посадки можно делать первую срезку листьев. Черешки к этому времени должны быть не менее 15—20 см. С одного растения срезают обычно 2—3 листа, остальные, менее развитые, оставляют до следующего сбора. Куст, высаженный с осени, может расти всю зиму — спящих почек для такой продолжительной выгонки у него вполне достаточно.

Рекомендуемые сорта ревеня: Тукума, Обской (выведен с ЦСБС СО АН СССР, районирован для многих областей Сибири и Дальнего Востока).

МАНГОЛЬД

Мангольд (листовая свекла) — это двулетнее растение, произошедшее от дикой свеклы, встречающейся в настоящее время на побережьях Каспийского и Средиземного морей. Разводят мангольд ради крупных мясистых листьев и широких сочных черешков. В первый год жизни растение образует мощную розетку листьев и некрупный разветвленный корнеплод. Во второй год корнеплоды (после холодного хранения) формируют стебли и семена.

Получили распространение две группы сортов мангольда — черешковые и листовые. У первых — мясистые, широкие, нежные черешки, у вторых более развиты розетки листьев.

Черешки и листья консервируют, добавляют в салаты, готовят из них пюре и гарниры. Гофрированные, темно-красные или зеленые, они хороши для украшения блюд.

В листьях и черешках листьев накапливается до 31—62 мг витамина С, 2,1—5,4 мг каротина, 1,43 мг витамина В₁, 120 мг калия, 35 мг фосфора и 3,9 мг железа (в пересчете на 100 г зеленой массы).

Для зимней выгонки семена мангольда высевают на гряды в мае. Расстояние между бороздками должно быть 20—25 см, глубина заделки семян — 2—3 см. После появления всходов посевы прореживают, оставляя растения на расстоянии 10—12 см друг от друга; одновременно рыхлят и поливают почву, удобряя ее жидкими органическими удобрениями (1 л навозной жижи

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Как пряно-вкусовые растения, луки богаты специфическими белками и ферментами, стероидными сапонинами, эфирными маслами, органическими кислотами; минеральными и другими веществами, которые придают особый вкус пище и улучшают ее усвояемость. По мере отрастания луков в пищу употребляют листья, позднее листья и соцветия, затем зрелые луковицы и даже семена.

На европейском севере существует способ борьбы с цингой — чай с луком. В чашку кладут луковицу и заливают ее кипятком — через 5 мин чай готов.

берут на 5—6 л воды) или смесью минеральных удобрений (20—25 г/м²).

Заготавливают корнеплоды перед осенними заморозками. На хранение в подвал их закладывают столько, чтобы хватило на две-три зимние посадки. Осенью при уборке выбирают наиболее развитые корнеплоды массой 30—40 г и обрезают с них листья так, чтобы не повредить головку корнеплода (от периферийных листьев к центральным на конус). Черешки листьев должны быть не более 2 см; главный и боковые корни укорачивают наполовину.

Начало выгонки целесообразно отнести на осенние, самые теплые месяцы. Почва для посадки корнеплодов должна быть рыхлая. Садят их вплотную, не засыпая точку роста (головку) грунтом.

По данным ЦСБС, при посадке корнеплодов в грунт на стеллажах теплицы листья начинают отрастать уже на 4-й день, а через месяц можно делать первую срезку. Урожай составляет 3 кг/м². За зиму в комнате листья отрастают 2—3 раза. На одном растении срезают 2—3 наиболее развитых наружных листа.

В комнатных условиях листья растут менее интенсивно, чем в теплице, но через 25—30 дней отдельные листья можно срезать.

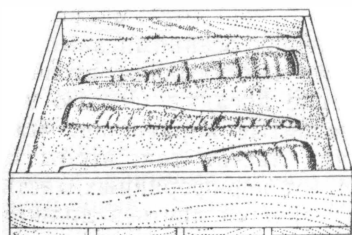
Весной на балконе или веранде мангольд развивается хорошо, так как он устойчив к низким температурам. Небольшие кратковременные заморозки не губительны для растений. В первые дни растения на балконе следует притенять от ярких солнечных лучей.

ЦИКОРИЙ САЛАТНЫЙ

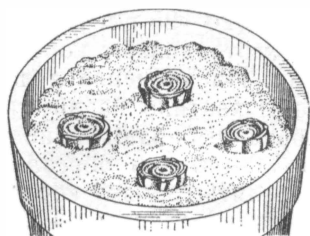
Как дикорастущее растение цикорий салатный встречается в южных районах Сибири, Казахстана и Средней Азии. Растет он на пустырях и по обочинам дорог, предпочитает легкие плодородные почвы.

Растение двулетнее. В первый год формирует корнеплод с розеткой листьев и широкими мясистыми черешками. На второй год образуются генеративные побеги и семена.

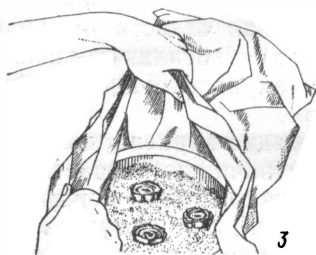
Листья цикория содержат соли калия, благотворно влияющие на деятельность почек и сердечно-сосудистой системы. Полезен он и при заболевании сахарным диабетом. Корень цикория способствует повышению аппетита, улучшению пищеварения, он действует как слаби-



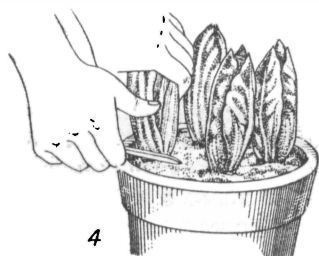
1



2



3



4

Цикорий салатный:

1 — хранение корнеплодов; 2 — посадка корнеплодов; 3 — защита от света (укрытие плотным материалом); 4 — уборка кочанчиков

тельное и мочегонное средство. Применяют его и при заболеваниях печени и селезенки. В листьях содержит

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Луки — ценные лекарственные растения. Препараты, полученные из разных видов луков, усиливают двигательную и секреторную функции кишечного тракта (препарат аллилчер), стимулируют сердечную деятельность, оказывают антисклеротическое действие (лечит склероз сосудов головного мозга, что обусловлено наличием диосгенина), развивают антибиотическую активность (препарат аллилглицер и урзалин). В 1957 г. из лука выделен маннит — продукт, предназначенный для питания диабетиков.

В народной медицине луки популярны как противогинготные, противоревматические средства, а также стимулирующие сердечно-сосудистую деятельность. Им приписывают способность возбуждать деятельность сердца, благоприятно действовать на почки, пищеварительный тракт и улучшать зрение.

ся 31,4 мг/100 г витамина С и 5,8 мг/100 г каротина, большое количество минеральных веществ и микроэлементов.

Для выращивания корнеплодов с высокими товарными качествами выбирают плодородные, с хорошим увлажнением участки. Лучший срок посева — конец мая. Более ранний посев приводит к стрелкованию растений. Способ посева двух-трехстрочный, расстояние между строчками в ленте 25—30 см, проход между лентами 50—80 см. Семена заделываются на глубину 2—3 см. Всходы появляются на 10—12-й день. В фазе 3—4 листьев посевы прореживают, оставляя растения на расстоянии 8—10 см друг от друга. Одновременно выпалывают сорняки и рыхлят почву. Убирают цикорий перед заморозками.

Наиболее развитые корнеплоды длиной 15—20 см и с диаметром головки 3—4 см хранят в ящиках по 4—6 кг в подвале при температуре +2... +4°C. Листья в виде кочанчиков можно выгонять всю зиму в комнатных условиях или в подвальных помещениях.

Перед посадкой длинные корнеплоды укорачивают и высаживают на глубину 20—25 см, засыпая верхушечную почку землей. При такой глубокой посадке вырастают нежные этиолированные листья. Садят из расчета 150—200 корнеплодов на м². После посадки грунт обильно поливают и присыпают сверху влажной землей.

Температура в помещении может быть не высокой (10—17°C). Для получения этиолированных листьев растения переставляют в более темные углы или время от времени закрывают плотной бумагой. Обесцвеченные листья и кочанчики готовы к уборке через 25—30 дней. Выгоняют цикорий салатный с октября-ноября по март, обновляя посадки ежемесячно. Урожай кочанчиков достигает 5—10 кг с м².

В практике овощеводства используют два вида цикория салатного — эндивий и эскариол. Биология развития и питательная ценность их приблизительно такие же, как у цикория обыкновенного. Отличительная особенность первого — сильная изрезанность листьев, которые придают декоративность приготовленным блюдам; второго — цельнокрайние или малорассеченные листья. Оба вида успешно произрастают в Сибири.

Семена эндивия и эскариола высевают одновременно с морковью или огородным салатом. Всходы появ-

ляются на 8—10-й день. Прореживать лучше в фазе розетки на расстоянии 20—30 см.

Цикорий, посеянный в июне-июле, пригоден для осенне-зимней выгонки. Убранные растения прикапывают в прохладном затененном помещении. Для зимней выгонки обрезанные корнеплоды сохраняют в подвале. Отросший эскариол декоративен.

ПЕТРУШКА

Петрушка — двулетнее растение. В первый год у нее формируется розетка листьев с корнеплодом, во второй — цветочный стебель с соцветиями в виде зонтиков. Семена мелкие, по форме и цвету напоминают семена моркови. Известны две разновидности петрушки: листовая и корневая. У первой в пищу идут листья, у второй — листья и корнеплоды.

Корни и листья петрушки содержат эфирные масла, которые обуславливают ее приятный запах, возбуждают аппетит, благоприятно влияют на пищеварение, действуют как хорошее мочегонное, снижают кровяное давление, при спазмах расширяют сосуды сердца. Листья, семена и корнеплоды рекомендуют при заболеваниях почек и мочевого пузыря, малярии, ревматизме. Петрушка улучшает обмен веществ, повышает устойчивость его к инфекционным заболеваниям. Ее добавляют в салаты, соусы, используют при фаршировании овощей. Листьями украшают блюда перед подачей на стол.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

При гриппе в народе лук используют так: быстро натирают на терке, раскладывают полученную массу на куски марли 3×3 см, завязывают и вкладывают в каждую ноздрю на 15 мин утром, днем и вечером.

Еще один способ лечения гриппа: 1/2 стакана растительного масла нагреть на водяной бане, мелко нарезать 3—4 дольки чеснока и 1/4 головки репчатого лука, опустить в масло. Настоять 2 ч, процедить и смазывать в носу.

При воспалениях горла лечатся кашицей из тертого лука с яблоками и медом (1 луковица, 1 среднее яблоко, 1 столовая ложка меда): по 2—3 чайные ложки смеси принимают 2—3 раза в день (народное средство жителей Прибайкалья).

По количеству витамина С (150—380 мг/100 г), петрушка занимает одно из первых мест среди овощей. Кроме того, в ней содержится 3—10 мг/100 г каротина и 6,4 мг/100 г витамина У. В листьях много минеральных веществ в легкоусвояемом сочетании: 340 мг калия, 245 мг кальция, 79 мг натрия, 95 мг фосфора и около 2 мг железа (на 100 г сырой массы). Небольшой пучок листьев петрушки полностью удовлетворяет суточную потребность человека в витаминах и минеральных веществах.

Для выгонки необходимо брать сорта корневой петрушки, такие, как Сахарная, Урожайная, Бордовикская. Осенью растения выкапывают, обрезают листья, оставляя черешки в 1—2 см, из которых формируются новые листья. Диаметр корнеплодов должен быть не менее 2—3 см. Только в таких корнеплодах достаточный запас питательных веществ для формирования спящих почек и зачатков будущих листьев.

У петрушки нет периода покоя. Чтобы создать вынужденный покой, выкопанные растения хранят в погребе при температуре 0... +1°C. Часть корнеплодов можно сразу же высаживать для выгонки, а остальные заложить на хранение с таким расчетом, чтобы их хватило для 3—4 посадок в более поздние сроки: октябрь — декабрь, декабрь — февраль, февраль — апрель, апрель — май. В апреле — мае растения лучше перенести на балкон или веранду.

Для посадки потребуются ящики глубиной 20—25 см или горшки диаметром 12—16 см. Желательно, чтобы корнеплоды умещались в ящике или горшке. Если они слишком длинные, необходимо укоротить их, обрезав нижний конец на одну треть или наполовину.

Расстояние между рядами должно быть 4—5, между корнеплодами 2—3 см. Такой площади питания достаточно, так как листья отрастают за счет питательных веществ корневища. Садят корнеплоды во влажную почву, слегка наклоняя их. Головку с ростовыми почками засыпать землей нельзя. Поливают растения по мере подсыхания почвы, переувлажнение приводит к загниванию корнеплодов.

Грунт должен состоять из торфа или равных частей огородной земли и перегноя.

Мы наблюдали за растениями петрушки, выросшими из разных по диаметру корнеплодов и посаженными в разные сроки. Растения росли в 3-литровых горшках

в торфо-перегнойном грунте. Температура на подоконнике (юго-западное окно) была 18—20°C.

Растения развивались хорошо. Уже на 5-й день после посадки появилась зелень. Первый срез был сделан 29 октября, на 25—28-й день после посадки. С каждого корня срезали по 1—3 листа, оставив только самые молодые, центральные. В начале отрастания ежедневный прирост был интенсивным — по 1,0—1,5 см в сутки. Длина листьев к первой срезке была равна 18—29 см. Второй срез был частичным, на 4—5-й день убрали те листья, длина которых была более 20 см. Последний, третий, срез пришелся на середину декабря. Период отращивания длился 48 дней. С каждого растения в среднем получено по 9 листьев, диаметр корнеплодов не превышал 1,5 см.

Второй раз петрушку высаживали 12 декабря, то есть за 5 дней до окончания вегетации растений первого срока выгонки. Для этого срока посадки использовали корнеплоды диаметром 3,0—3,5 см. Листья начали отрастать на 5—6-й день. Интенсивность роста была 0,7—1,5 см в сутки. Длина вегетационного периода была равна 2 мес. За это время сняли 13—20 сильно разветвленных листьев длиной 20—23 см, провели две основные срезки и небольшое число листьев снимали в промежутке.

В листьях первой срезки было 46,92 мг витамина С, 3,7 мг каротина, 3,32 г сахара и 11,3 г сухих веществ на 100 г зеленой массы. При выгонке в комнате содер-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

В народной медицине лук используют для выведения круглых глистов, угрей, пигментных пятен, веснушек, бородавок, при ожогах, для уменьшения воспалительных процессов и образования пузырей, при различных эпидемиях.

Свежий лук возбуждает аппетит, усиливает выделение пищеварительных соков, улучшает пищеварение, способствует лучшей усвояемости питательных веществ. Его рекомендуют для лечения авитаминозов и гриппа.

Кашицу из лука с молоком и печеный лук прикладывают к нарывам, чтобы скорее прорвали, и к мозолям для смягчения их.

жание витаминов уменьшается по сравнению с открытым грунтом, но остается достаточно высоким. Специфический аромат листьев не исчезает, то есть эфирные масла сохраняются.

Авторы Н. С. Богданова и Г. С. Осипова (1984 г.) предлагают оригинальный способ выращивания петрушки в полиэтиленовых пакетах. Для этого сначала насыпают небольшой слой грунта и высаживают в него корнеплоды. После этого добавляют остальной грунт так, чтобы не засыпать почки. В течение 10—15 дней растения выдерживают в затененном месте, а затем выставляют на веранду, наружный подоконник или в лоджию. В первые дни молодые листочки затеняют от солнечных лучей. При наступлении заморозков посадки утепляют или заносят пакеты в комнату.

При выращивании на балконе растениям требуется больше влаги из-за усиленного испарения и выветривания ее из почвы. Полив должен быть частым, но умеренным, с последующим рыхлением грунта.

Урожайность зеленых листьев петрушки за период выгонки составляет 2—3 кг/м² при затратах на посадку 2—4 кг корнеплодов массой 30—40 г каждый.

СЕЛЬДЕРЕЙ

Много веков назад сельдерей возделывали как лекарственное растение. Вареные корни его применяли при обморожении, масло — для улучшения пищеварения. Древние греки листьями этого растения украшали комнаты в дни праздников, плели венки победителям спортивных соревнований.

Сельдерей — двулетнее травянистое растение. Как и петрушка, он относится к группе пряно-ароматических культур. Есть много общего в морфологических и биологических особенностях этих растений и в способах их применения.

В пищу идет корнеплод, черешки и розеточные листья с сильным специфическим ароматом (в 100 г зелени содержится 30—100 мг эфирного масла). Из него готовят самостоятельные блюда и используют для приправы. Листья и корни содержат каротин, сахар, фолиевую кислоту, много витамина С (100—150 мг/100 г листьев), минеральные соли и витамины А, Е, В, В₂, К, РР.

Корни и листья возбуждают аппетит, усиливают работу пищеварения, обладают легким слабительным, антисептическим, противовоспалительным и ранозаживляющим действием. В народной медицине настой сельдерея пьют при болезнях почек, мочевого пузыря, подагре и ревматизме. Настоем корней и листьев обмывают гнойные раны и язвы, чтобы они скорее заживали.

Для выгонки пригодны распространенные листовые сорта Белое перо и Золотое перо с коротким вегетационным периодом, равным 70—90 дням. У корневых сортов период вегетации заканчивается на 170—180-й день, поэтому их культивируют чаще всего из рассады.

Для выгонки корнеплоды массой 50—80 г заготавливают осенью. Корневая шейка их должна быть целой. Можно использовать корнеплоды с обрезанными конусами корней. Часть корнеплодов высаживают сразу после уборки и оставляют на веранде или лоджии до заморозков. Остальные закладывают на хранение в подвал, прикопав во влажный песок и поддерживая температуру на уровне 0°C.

Тара (ящики, гончарные горшки) для этой культуры должна быть объемной, так как расстояние между корнеплодами при посадке 8—10 см. Сельдерей начинает отрастать через 10—12 дней. С каждого корнеплода можно срезать по 5—10 листьев, которые вырастают за 2,0—2,5 мес. Для бесперебойного поступления листьев следует повторно высаживать корнеплоды через 2,0—2,5 мес. Осенью тару ставят на подоконник, а ближе к

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Сок и кашица из лука очищают гнойные раны и язвы, ускоряют их заживление.

Мозоли и бородавки удаляют свежим соком лука или луком, предварительно проваренным в столовом уксусе.

Для укрепления волос сок лука втирают пальцами в корни волос 1—2 раза в неделю по 2—3 столовые ложки. После смазывания голову завязывают полотенцем на 1—2 ч, после чего моют с мылом, как обычно. Волосы после этого становятся мягкими, шелковистыми, блестящими.

Кусочки лука, приложенные к вискам и ко лбу, устраняют головную боль.

весне перемещают в затененное место, подальше от окна, освобождая подоконник для более светолюбивых культур.

Сельдерей хорошо растет на легкой и равномерно увлажненной почве, не переносит переувлажнения. По сравнению с петрушкой, он более требователен к влаге и имеет более крупные листья.

Весной ящики и горшки выносят на веранду или лоджию, где растения продолжают вегетировать все лето.

ПАСТЕРНАК

Пастернак — двулетнее растение с ароматными листьями и корнеплодами специфического приятного вкуса, которые используют как гарнир в вареном и жареном виде и как приправу. Широко применяют его в консервной промышленности. Пастернак возбуждает аппетит, эффективен при нарушении пищеварения, почечно-каменной болезни, как мочегонное средство.

Листья пастернака крупные, перистые, на длинных черешках. Корнеплод белый, длинный или округлый, массой 100—140 г.

Растение холодостойкое, но влаголюбивое. При достаточном увлажнении и оптимальной температуре (18—20°C) отрастает быстро — приблизительно на 8—10-й день. Более низкая температура (10—12°C) почти не замедляет его рост. Выкопанные корнеплоды осенью можно долго сохранять в прохладных помещениях (веранда, лоджия).

При осенней уборке корнеплоды обрезают, не затрагивая головку — точку роста. Часть их закладывают на хранение в подвал, а остальные высаживают. Учитывая массу корнеплодов пастернака, для выгонки берут тару большего размера, чем для петрушки. Глубокие ящики или гончарные горшки заполняют грунтом и высаживают по 1—2 корнеплода в одну тару. Листья срезаются постепенно, по мере подрастания следующих.

Выгонка культуры продолжается 2 мес. и более. С одного растения за это время можно срезать до 6—8 листьев. Основной уход заключается в регулярном умеренном поливе. Достаточно иметь 1—2 растения пастернака. Они обеспечат вас приправой и украсят помещение декоративными перистыми листьями.

ОДНОЛЕТНИЕ ЗЕЛЕННЫЕ ОВОЩИ

К однолетним зеленым относятся листовые и кочаные салаты, шпинат, капуста листовая, огуречная трава, укроп, кресс-салат и другие овощи. Они обладают лечебными свойствами и рекомендуются для диетического и детского питания.

Все эти растения скороспелы, поэтому в течение зимне-весеннего сезона их можно высевать несколько раз. Зеленные растения светолюбивы, поэтому осенью хорошо растут только при дополнительном освещении.

Способы подготовки семян овощных культур к посеву. Для посева необходимо использовать только чистосортные, с хорошей всхожестью и энергией прорастания (дружно прорастающие) семена. Для выращивания нужно выбирать наиболее урожайные районированные, то есть рекомендуемые для данного региона, сорта.

Перед посевом (на рассаду или в грунт) целесообразно проверить семена на всхожесть. Для получения хорошего урожая важен не только высокий общий процент всхожести, но и энергия прорастания. Так, у семян томата общая всхожесть определяется в течение 12 дней после посева, а энергия прорастания — в первые 6—7 дней; семян перца — соответственно 14 и 8—10 дней; огурца — 10 и 4—6 дней, салата и шпината — 12 и 4—6 дней; капусты листовой (пекинской) — 10 и 4—6 дней; горчицы листовой, кресс-салата — 9 и 3—4 дня; петрушки, сельдерея, укропа, пастернака — 20—22 и 10—12 дней.

Семян овощных культур надо приобретать на 25—30% больше потребности, так как часть их придется выбраковать. Для определения потребности в семенах

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

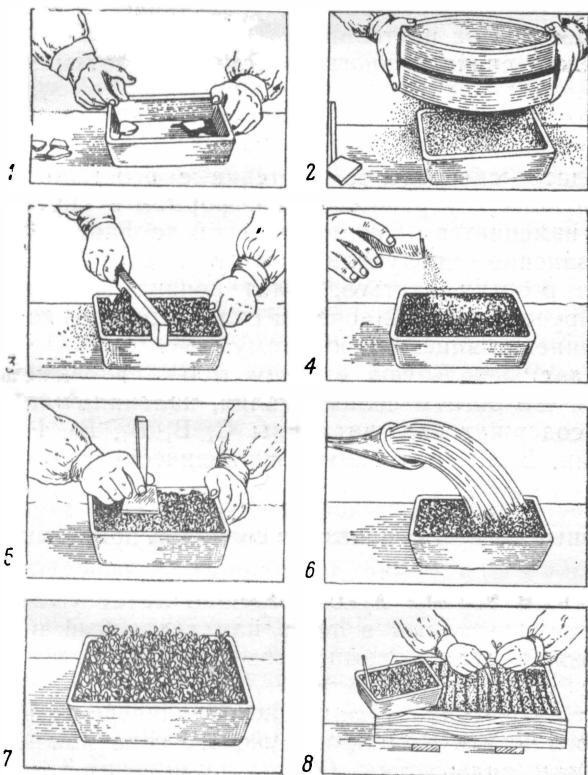
Внутри сок лука употребляют при кашле, бронхите и даже коклюше. Для этого 500 г очищенного и размельченного лука, 50 г меда, 400 г сахара смешивают с 1 л воды и варят на слабом огне в течение 3 ч. Затем все остужают и переливают в бутылку. Хранят в подвале или холодильнике. Принимают по 4—6 столовых ложек в день.

Сок лука с медом многие врачи назначают больным диабетом как дополнительное средство к инсулину.

надо исходить из следующего— на 1 м² их потребуется, г: петрушки, пастернака — 0,6, сельдерея — 0,1—0,2, салата — 0,3, огурца — 0,5—0,8, перца — 0,3—0,4, томата — 0,4—0,5, шпината — 0,6—0,8.

Зная расход семян на 1 м², легко рассчитать их количество на любой сосуд или ящик, в котором предполагается выращивать те или иные растения.

Прежде чем определять всхожесть и энергию прорастания семян, важно узнать их полновесность, которая характеризует их удельный вес и выполненность. Для этого семена погружают в 3—5%-ный раствор поваренной соли (30—50 г соли на 1 л воды). Неполновесные, то есть шуплые, семена всплывают наверх, их надо слить вместе с раствором. Тяжеловесные, то есть вы-



Последовательность работ при подготовке к посеву и посев семян

полненные, оседают на дно, их надо промыть свежей водой, слегка подсушить и использовать для посева.

Семена петрушки, сельдерея, томата (на рассаду) замачивают в теплой воде, объем которой должен быть равным объему семян. Для семян огурца объем воды должен составлять 60—70% от массы семян. Семена петрушки и сельдерея выдерживают в воде трое суток, огурца — сутки. Как показывают опыты, хорошие результаты дает двухкратное намачивание с последующим подсушиванием. В этом случае повышается засухоустойчивость растений и в конечном счете — урожайность. Для ускорения появления всходов огурца (на 5—10 дней) рекомендуется высевать пророщенные семена.

Эффективно прогревание семян огурцов при температуре +55—60°C в течение 3—4 ч. При этом повышается энергия прорастания и увеличивается число женских цветков на растении.

Можно сначала прогреть семена, а затем замочить.

САЛАТ

Салат — скороспелое растение с розеткой листьев, отличающихся у разных видов формой и окраской, которая изменяется от светло-зеленой до фиолетовой. Распространение получили: салат листовой — образует только розетку листьев, салат кочанный — из листьев формируется рыхлый кочан и салат Ромэн — кочан имеет удлиненно-яйцевидную форму.

Салат используют в пищу только в свежем виде. Листья его богаты солями калия, кальция, магния, железа, содержат йод, витамины С, В, В₁, В₆, РР, Е, К, каротин. Благодаря большому количеству витаминов и

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Свежим тертым луком успешно лечат ушибы.

Лук, запеченный в тесте или сваренный в молоке, применяют в виде компрессов при нарывах и фурункулах.

Исследователи Мюнхенского университета (ФРГ) установили, что раствором лукового сока можно лечить некоторые виды астмы. Опыты на морских свинках дали положительные результаты («Советская Россия», № 76 (9327), 1987 г.).

минеральных солей салат полезен детям и больным людям. В нем есть особое вещество — лактурин, придающее листьям горьковатый вкус и действующее на организм успокаивающе, оно улучшает сон, снижает кровяное давление.

Салат — растение холодостойкое, не выносит длительной жары и прямых солнечных лучей. Оптимальная температура для него 15—20°C в сочетании с достаточной влажностью воздуха и почвы. Избыточное увлажнение приводит к повреждению нижних листьев. При недостатке света салат может расти, но в октябре—январе нуждается в дополнительном освещении. Только со второй половины февраля естественная освещенность бывает достаточной для роста и развития этого растения.

Ускоренный выход продукции (через месяц после посева) получается при посеве салата в середине марта, примерный урожай с квадратного метра — 1 кг зелени. При более позднем посеве, в конце апреля — начале мая, урожай собирают тоже через месяц после посева — по 1,5—2,0 кг с квадратного метра площади.

В домашних условиях семена салата сеют рядами на расстоянии 3—4 см один от другого или густо вразброс в расчете на прореживание, единичную выборку растений.

В листьях салата, выращенного в комнате в марте, витамина С — 14 мг/100 г, сахаров — 2,5%, сухих веществ — 4,06%. Содержание витамина С в листьях растений, выращенных в комнате и в открытом грунте, примерно одинаковое.

КАПУСТА ПЕКИНСКАЯ

Капуста пекинская — широко распространенное в Китае и Японии растение. Листья ее — сидячие, продолговато-овальные, с волнистыми краями, образуют розетку в виде рыхлого кочана. Нежные молодые листья напоминают по вкусу редьку, их добавляют в винегреты, подают как гарнир к различным блюдам, едят в квашеном и сушеном виде. Они богаты солями калия, фосфора, минеральными веществами, содержат 73 мг/100 г витамина С, 6,8 мг/100 г каротина, витамины группы В и Р.

Кочан формируется за 25—36 дней. Семена похожи на семена капусты белокочанной. Растение холодостой-

кое, хорошо растет на легких, плодородных и достаточно увлажненных почвах при температуре 12—17°C. При повышенной температуре растение быстро стареет — листья грубеют, появляются цветочные стрелки.

Капуста пекинская светолюбива, поэтому целесообразно высевать ее в марте, когда долгота дня более 12 ч. При выращивании на зелень зимой растения без дополнительного освещения вытягиваются, не образуя розетки листьев.

Семена капусты можно высевать в мелкие ящики или консервные банки, где слой почвы 5—10 см. Грунт должен состоять из 2 кг торфа и 1 кг перегноя. Глубина заделки семян 1,0—1,5 см. Расстояние в рядках 2—3 см. Чтобы ускорить появление всходов, посевы поливают теплой водой и накрывают тканью или бумагой. С появлением всходов (на 2—3-й день) укрытие снимают, ящики переносят в светлое место. Уход за растениями заключается в основном в правильном поливе. Грунт всегда должен быть достаточно влажным. В возрасте 25—30 дней растения имеют розетку из 3—4 листьев, готовую к уборке. Убирают двумя способами: прореживают или выбирают все растения, а посев возобновляют.

Любитель-овощевод Мария Ивановна Гнутова (Новосибирск) из множества зеленных салатных овощей предпочитает именно капусту пекинскую. Выращивает она ее так: семена высевает в середине марта в мелкие консервные банки, расстояние между рядками — 5 см. Грунт состоит из 1 кг компоста и 2 кг дерновой земли. Подкормку проводит в фазе 2 листьев птичьим пометом (1:20), минеральные удобрения не применяет. К началу мая растения у нее бывают готовы к выборке.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

В народной медицине салат используют как успокаивающее и болеутоляющее средство. Настой из свежих листьев (столовая ложка листьев на стакан кипятка, настаивать 30 мин). Принимают 3 раза в день. При бессоннице пьют за 30 мин до сна по стакану.

В настоящее время известно около 30 витаминов. В животный организм должны поступать извне около 20 витаминов, остальные синтезируются в нем самом.

Недостаток витаминов приводит к нарушению обмена веществ и вызывает болезненные явления.

ШПИНАТ

Шпинат — однолетняя двудомная культура. Одни растения имеют мужские, а другие — только женские цветки. Мужские растения хуже облиственны и быстро отмирают. У женских особей темно-зеленые, собранные в розетки листья, вегетирующие в течение 40—50 дней.

Шпинат занимает одно из первых мест среди овощей по содержанию витаминов. В 100 г свежих листьев 68—90 мг витамина С, а каротина столько же, сколько в моркови, 20 мг железа. Шпинат полезен людям, страдающим малокровием.

Растение холодостойкое, листья его не повреждаются при кратковременных заморозках. Наиболее благоприятна для его роста и развития температура 15—20°C. При более высокой температуре листья измельчаются, растение рано стрелкуется. Длинный летний световой день тоже способствует раннему стрелкованию, когда розетка листьев еще не сформирована.

В комнатных условиях в период укороченного светового дня шпинат рано не стрелкуется. Однако шпинат — растение светолюбивое, оно может расти и давать хорошую продукцию, начиная с марта.

Семена высевают в мелкую посуду, например, в жестяные консервные банки, небольшие пикировочные ящики. Почвенная смесь должна состоять из торфа, перегноя или торфа и компоста в соотношении 1:1. Способ посева рядовой, расстояние между рядками 4—5 см. Семена заделывают на глубину 1,0—1,5 см.

При появлении 2-го листа растения необходимо проредить, удалив в первую очередь мужские особи, у которых появляется цветочный стебель в виде метелки. Полив должен быть регулярным, но без переувлажнения почвы. К уборке шпинат готов через 25—35 дней, когда в розетке сформируется 5—6 листьев.

ГОРЧИЦА ЛИСТОВАЯ

Горчица листовая — растение с розеткой нежных, светло-зеленых листьев и с приятным острым вкусом и запахом горчицы. Широко распространена в Китае, где листья используют не только для салатов, но употребляют в вареном и сушеном виде.

В 100 г листьев содержится 2—4 мг каротина, 44—124 мг витамина С, 2—20 мг рутина, 2—4 мг железа, соли калия и эфирные масла.

Горчица листовая — растение холодостойкое и скороспелое. Наиболее благоприятно для роста и развития горчицы сочетание невысокой температуры с достаточной влажностью воздуха и почвы. При таких условиях розетка листьев формируется за 25—30 дней. После этого появляется цветочный стебель, а через 70 дней после посева созревают семена.

В комнатных условиях семена горчицы листовой высевают начиная с марта. Для развития растений достаточно слоя почвы высотой 5—8 см. Бороздки проводят на расстоянии 4—5 см. Можно сеять вразброс, так как горчица хорошо растет в загущенных посевах. После посева грунт поливают теплой водой и покрывают тканью или бумагой, чтобы ускорить появление всходов. На 3—5-й день, когда появляются всходы, укрытие убирают, а ящики выставляют на свет. Следует учитывать, что на открытых местах на солнцепеке (южные окна, балконы, лоджии) и при сухой жаркой погоде растения быстро теряют вкусовые качества, грубеют и образуют цветочные стебли. Самые лучшие места для культивирования горчицы листовой — северные окна и балконы.

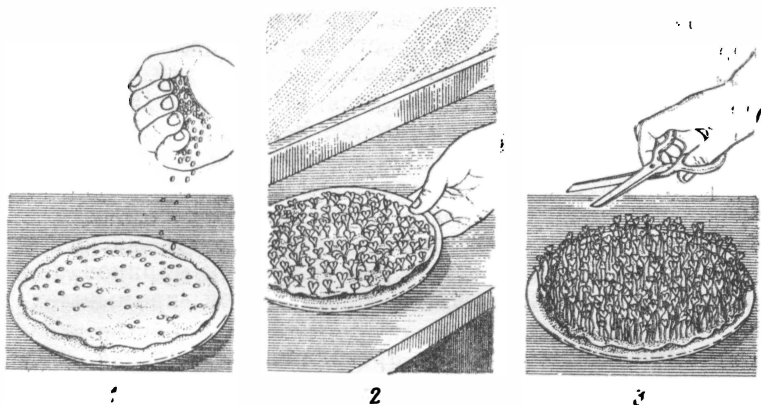
КРЕСС-САЛАТ

Кресс-салат — самый скороспелый овощ из группы зеленных. Свежая зелень готова к срезке через 20—25 дней после посева. На 35—47-й день растение цветет,

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Большое значение имеют витамины для функционирования нервной системы, которая регулирует процессы обмена веществ в организме. Нарушение их приводит, в свою очередь, к функциональным нарушениям центральной нервной системы. Установлено, что после нервного напряжения в крови человека повышается содержание холестерина и, как правило, понижается содержание витаминов В₁, В₂, В₆, РР и аскорбиновой кислоты.

Луки хорошо реагируют на подкормку обычной «газированной» — один стандартный баллончик на сифон объемом 1 л. Полученной водой поливают растения до 3 раз в неделю.



Кресс-салат

1 — посев семян (с недельными интервалами) на увлажненную ткань, уложенную в тарелку; 2 — появление всходов (на 4—6-й день); 3 — растения, готовые к срезке, высота их должна быть 5—7 см.

а на 60—65-й созревают семена. По вкусу листья кресс-салата напоминают редьку. Едят их свежими, добавляя в салаты и супы. Можно смешивать их в равных частях с обычным зеленым салатом, мелко нарезав и добавив укроп, зеленый лук, немного лимона, уксуса, заправив растительным маслом или майонезом.

В листьях салата весеннего посева 4,4% сухих веществ, 110,5 мг/100 г витамина С и 2,3 мг/100 г каротина.

Кресс-салат — растение холодостойкое и влаголюбивое. Его можно высевать несколько раз. Хорошо растет салат в тени и на солнце. В более светлое и солнечное время, начиная с марта, продукция поступает значительно быстрее и лучшего качества.

Жизнеспособность семян этого растения настолько велика, что в комнатных условиях его можно выращивать как выгоночную культуру — на питьевой воде без земли. Достаточно в тарелку или миску постелить марлю в 2—3 слоя, вату или фильтровальную бумагу, посеять семена и регулярно увлажнять их. Через 10—15 дней кресс-салат готов к уборке.

Кресс-салат хорошо растет в горшках и ящиках с легким грунтом. Требовательность к влаге высокая. При регулярном увлажнении почвы и листьев кресс-салат в комнате быстро растет и развивается.

УКРОП

Укроп — наиболее распространенная овощная культура из группы пряно-ароматических растений.

В листьях укропа содержится 148—150 мг/100 г витамина С, каротин, витамины В₁, В₂, РР, фолиевая кислота, 335 мг/100 г калия, 1,6 мг/100 г железа, кальций, фосфор. Вкус и аромат семенам и листьям придает эфирное масло, которого в укропе от 2,5 до 5,0%.

Зелень укропа добавляют в салаты, супы, мясные и рыбные блюда, используют при солении и мариновании овощей, в хлебопекарной и кондитерской промышленности.

Настой травы снижает артериальное давление, расширяет сосуды, возбуждает деятельность сердца, расслабляет кишечник, возбуждает аппетит, оказывает антибактерицидное действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным условиям. Препарат из семян укропа (анетин) применяют при лечении коронарной недостаточности и для профилактики приступов стенокардии.

Растение холодостойкое, семена начинают прорастать при температуре +3°C, однако для ускоренного появления всходов нужна температура 15—20°C. Семена укропа набухают очень медленно, поэтому им требуется много влаги. Эффективно замачивание их перед посевом на 1—2 суток. Сеют в небольшие ящики, густо, рядами через 4—5 см или вразброс.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если в волосах появилась седина, начните применять отвар из луковой шелухи. Для этого прокипятите ее до получения темно-бурого цвета. Волосы смачивайте регулярно.

Пятна от фруктов и овощей на ножах из нержавеющей стали исчезнут, если потереть их сырым картофелем.

Запах селедки исчезнет, если потереть нож сырой морковью или тряпкой, смоченной в растительном масле или уксусе.

Травяные пятна удаляют раствором поваренной соли — столовая ложка на полстакана теплой воды. После обработки вещь необходимо тщательно прополоскать.

Укроп хорошо растет на рыхлых почвах с достаточным содержанием перегноя и хорошо увлажненных. Растения светолюбивое. При солнечном освещении листья приобретают темно-зеленую окраску и формируют компактную розетку. В зимние месяцы укроп не может иметь высоких товарных качеств (листья вытянутые, без аромата), поэтому лучше начинать высевать его в конце марта.

Опытами установлено, что посевы укропа в первую декаду марта (южная экспозиция) не дают продукции хорошего качества. Длинные тонкие листочки, сформировавшиеся в начале апреля, то есть почти через месяц после посева, не соответствовали стандартам.

При посеве укропа 8 апреля растения были готовы к срезке через 20 дней (29 апреля), розетки растений были хорошо сформированы, листья темно-зеленые с ярко выраженным ароматом. То есть лучший срок посева укропа — конец марта — начало апреля, когда хорошее солнечное освещение.

По содержанию витаминов укроп, выращенный в комнате, уступает продукции из открытого грунта. Витамина С в 100 г зеленой массы 41,9 мг, каротина — 2,9 мг, сухого вещества — 8,2%, сахара — 3,9%.

Лучшие места для выращивания укропа — веранды, балконы и лоджии.

РЕДИС

Редис — самая скороспелая культура из корнеплодов, он дает продукцию через 25—35 дней после посева, в зависимости от сорта и условий выращивания.

Редис хорошо растет при 10—12°C, так как холодоустоек, но лучшая температура для формирования корнеплодов 16—20°C. Светолюбив, и при недостатке света качество корнеплодов резко ухудшается. Кроме того, резко нарушается соответствие между массой ботвы и корнеплода (ботвы больше), особенно у скороспелых сортов. При нормальных условиях выращивания редис формирует более крупный корнеплод, листьев в розетке мало и они небольшие. Цветоносный побег в этих условиях выбрасывается позднее.

При недостаточной освещенности необходимо строго соблюдать температурный режим: до появления всходов температура воздуха должна быть 20—22°C, при появлении всходов 6—8°C, до начала формирования кор-

неплода — 10—12 °С, позднее 16—18 °С днём и 8—10 °С ночью.

Редис очень требователен и к влажности почвы. В период интенсивного роста корнеплода сухость почвы даже в течение 4—5 дней приводит к тому, что ткани его быстро грубеют и последующими частыми поливами исправить это не удастся. Редис очень чувствителен к плодородию почвы, особенно к содержанию калия.

Для получения крупных корнеплодов и высокого урожая редиса решающее значение имеют отборные семена и правильное размещение растений при условии достаточной освещенности и бесперебойном снабжении питательными веществами и водой. Семена отбирают только крупные, откалиброванные на сите с диаметром отверстий 3 мм. Норма посева: 4—5 г крупных семян на 1 м², то есть площадь питания должна быть 5×5 см².

Подкармливают редис дважды. Для подкормки на 10 л воды берут 40 г аммиачной селитры, 20 г суперфосфата, 15 г серно-кислого калия.

Для выращивания в защищенном грунте пригодны такие сорта редиса, как Тепличный грибовский, Ранний красный, Заря, Жара, Тепличный. Они дают хорошие урожаи при выращивании их на балконах, лоджиях и в комнатах (при дополнительном освещении).

Если света мало, корнеплод не формируется, растения погибают в фазе 3—4 настоящих листьев, небольших по размеру. Облучают редис люминесцентными лампами из расчета 300 Вт/м² по 16 ч в сутки. Через 25—30 дней после посева при досвечивании можно получить нормальные по форме, размеру и цвету корнеплоды. Урожай составляет 2—3 кг/м². При выращивании в высоких ящиках (не менее 12—14 см) урожай редиса бывает выше.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Почистив и нарезав лук и чеснок, протрите руки влажной солью, а затем вымойте — запах тут же исчезнет.

Если вас беспокоит перхоть, мойте волосы настоем трав. Для этого заварите в термосе листья крапивы, корни лопуха, шишки хмеля, полевой хвощ, тысячелистник. На одну столовую ложку трав — стакан крутого кипятка.

ТЕПЛОЛЮБИВЫЕ ОВОЩНЫЕ РАСТЕНИЯ

ТОМАТ

Томат очень быстро распространился в Сибири благодаря высоким качествам и питательной ценности плодов, которые богаты лимонной, яблочной кислотами, минеральными солями, витаминами А, В₁, В₂, С, РР, Е₁, каротином. Большое содержание калиевых солей и витаминов делают их полезными для больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Томат — растение теплолюбивое. Семена его начинают прорастать при 12—14°C. Оптимальная температура для них 25—27°C. Кратковременное повышение температуры до 30—35°C и понижение ее до 8—10°C отрицательно влияют не только на рост, но и на оплодотворение цветка.

Томат очень требователен к освещению, особенно на ранних стадиях развития. Всходы чутко реагируют на изменение интенсивности освещения. Рассада при загущенном посеве сильно вытягивается, стёбли вырастают слабыми. Осенью и зимой, в период недостаточной освещенности, томаты гораздо труднее вырастить в теплицах, чем огурцы. Об этой особенности их следует помнить при возделывании в комнате в осенне-зимний период. Без дополнительного досвечивания (не менее 10 000 люкс) культура томата в осенне-зимние месяцы в комнате нецелесообразна.

Потребность растений в воде в начале развития небольшая, в период массового цветения она увеличивается. Наибольшая потребность в воде — в фазу формирования плодов. Недостаток влаги в это время может привести к опаданию завязей, скручиванию листьев, развитию вершинной гнили плодов. Если наливу плодов (при избытке влаги) предшествовал засушливый период, то плоды растрескиваются.

Растения выносят из почвы много питательных веществ, в течение всей вегетации томатам нужны подкормки. При избытке азота обычно развивается мощный листостебельный аппарат, растения «жируют», созревание плодов при этом замедляется. При недостатке азота листья и побеги прекращают расти, продуктивность растений снижается. Потребность томата в фосфоре очень велика, особенно в период плодообразования. Фосфор способствует формированию цветков, плодов,

ускорению их созревания. Калий необходим для образования стеблей, плодов и устойчивости к болезням.

У томата мощная корневая система, позволяющая максимально использовать питательные вещества. При хорошем увлажнении у него образуются дополнительные корни, что благоприятно сказывается на росте и продуктивности.

Стебли томата могут быть разной длины: от 40—70 см у детерминантных сортов и до 1,5—3,0 м у индетерминантных. Детерминантные сорта низкорослые, компактные, раннеспелые, индетерминантные — высокорослые с растянутым плодоношением. В пазухах каждого листа формируются боковые побеги (пасынки), которые, как и стебель, легко укореняются. Это свидетельствует о высокой живучести и неприхотливости растения. Способ размножения томата пасынками часто применяют в индивидуальном огородничестве и при выращивании растений в домашних условиях. Использование пасынков перспективно для быстрого размножения ценных сортов и получения качественной рассады, тогда плоды созревают на 15—20 дней раньше, чем на материнском растении.

Скороспелость пасынков объясняется тем, что генеративные органы формируются у них при более благоприятном температурном и световом режиме.

Сорта томатов

Сибирский скороспелый 1450. Распространен не только в Сибири, но и за ее пределами. Главный побег вырастает до 53—94 см, сильно облиственный. Листья темно-зеленые, крупные. Первая кисть закладывается над 8-м листом, следующие — через 1—2 листа. Плоды

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

В комнате растения следует размещать ближе к свету. Однако надо учитывать, что крупные растения, поставленные на подоконник, будут затенять комнату. Вряд ли красив и ряд горшков на нем. Лучше расположить растения так, чтобы на переднем плане было много зелени. Советуем завести растения со свешивающимися густыми побегами, например, традесканцию. Небольшие горшки можно повесить по бокам от окна.

плоско-округлые, гладкие, в зрелом виде красные. Масса плода 60—115 г. Вкусовые качества хорошие. Семян в плодах много. Химический состав (%): сухое вещество — 5,0—6,9; сахар — 2,7—2,8; кислотность — 0,69—0,81. Витамин С — 19—30 мг/100 г. Вегетационный период (от массовых всходов до начала созревания) длится 97—104 дня, до первого сбора зрелых плодов проходит 49—67 дней.

Талалихин 186. Вегетационный период равен 100—106 дням. Куст детерминантный, раскидистый, высотой не более 70 см. Листья темно-зеленые. Кисть простая, компактная. Первая кисть закладывается над 7—8-м листом. Плоды плоско-округлые, массой 100—120 г. Вкус хороший. Урожай с одного куста составляет 2,0—2,5 кг.

Грунтовый грибовский 1180. Длина вегетационного периода 100—110 дней. Куст детерминантный, средне-облиственный, полустоячий. При выращивании без пасынкования формируется 4—5 побегов длиной 45—55 см. Лист слабофрированный, почти гладкий. Кисть простая, компактная с частым расположением гладких, интенсивно красных плодов округлой или плоско-округлой формы. Средняя масса плода 50—70 г. При выращивании на окне сорт следует обязательно пасынковать.

Де-Барао. Пользуется популярностью у садоводов-любителей благодаря красивой форме плода, хорошей лежкости и отличным вкусовым и засолочным качествам. Куст достигает высоты 1,5—2,0 м. Первая кисть с пятью-шестью плодами закладывается над 11—13-м листом, последующие — через 2—3 листа. У куста формируют один стебель. После образования на растении 5—6 кистей верхушку стебля прищипывают, чтобы ускорить налив и созревание плодов. Сорт относительно устойчив к болезням. Зеленые плоды, снятые с растения, в процессе лежки хорошо вызревают и способны долго храниться.

Особенности выращивания томата в комнате

В комнате растения формируются иначе, чем в открытом грунте. У скороспелых сортов (Молдавский ранний, Талалихин, Сибирский скороспелый, Белый налив, Грунтовый грибовский, Перемога), способных сильно ветвиться, необходимо ограничивать число боковых побегов. Учитывая ограниченную площадь подоконника, сле-

дует отдать предпочтение двум растениям с пасынкованием вместо одного без пасынкования. Целесообразнее всего культуру томата вести в два стебля, то есть после первой цветочной кисти, которой заканчивается рост главного побега, перевести растение на побег продолжения — боковой побег, расположенный выше главной кисти, и второй побег, находящийся ниже ее. Пасынки, выросшие по побегу ниже главной кисти, надо регулярно удалять. На выделенных двух боковых побегах также удаляют пасынки. При таком формировании куста на нем может сформироваться 3—5 кистей с пятью-шестью плодами на каждой.

Гибрид-2, Де-Барао, Бычье сердце, Московский осенний, Ленинградский осенний, сливовидный, Лимон-лиана, Крон-принц — сорта индетерминантные, высокорослые, высота куста в открытом грунте достигает 1,5 м, в защищенном — 5,0 м. Цветочная кисть закладывается над 10—11-м листом. Рост боковых побегов замедлен. Каждая следующая кисть закладывается через 2—3 листа. Эти сорта декоративны. Их целесообразно использовать для украшения балконов и лоджий. У этих сортов красивые красные и желтые плоды удлиненной оригинальной формы, устойчивые к болезням и хорошей лежкости.

Многие овощеводы-любители разыскивают, а некоторые предлагают им так называемые «комнатные томаты» — специальные сорта для выращивания в комнатных условиях. В действительности таких сортов нет. Просто в течение многолетнего возделывания были выбраны наиболее выносливые, особенно к затенению, сорта и условно названы комнатными. В комнате или

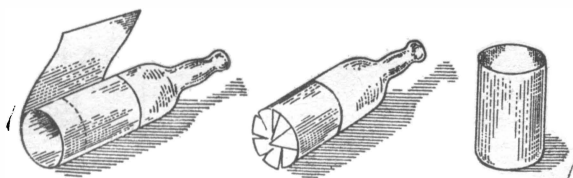
ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Красиво смотрятся растения, подвешенные в небольшой корзиночке, сплетенной из прутьев или цветного шнура. Горшки лучше составить вместе — так они будут выглядеть намного привлекательнее. Несколько растений разной высоты и с отличным строением стеблей и листьев посадите вместе в низкий широкий горшок-плошку.

Ближе к окну можно поставить растения с красивыми развитыми листьями в больших горшках на специальной подставке.

на балконе их следует выращивать в один стебель, на котором оставить 5—6 кистей, после этого верхушку стебля нужно прищипнуть. Как детерминантные, так и индетерминантные сорта требуют подвязки. Для этого толстый шпагат завязывают у основания стебля свободной петлей, перекручивая его по стеблю и закрепляя на рейке рамы.

Чтобы получить плоды томата в комнате в мае, посев следует провести в первых числах января. Для возделывания томата на балконе рассаду выращивают в те же сроки, что и для открытого грунта. Перед посевом семена протравливают в 1%-ном растворе марганцовокислого калия в течение 30 мин, а затем промывают

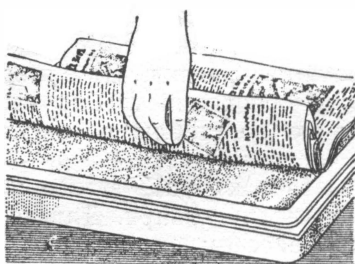


Изготовление бумажных стаканчиков

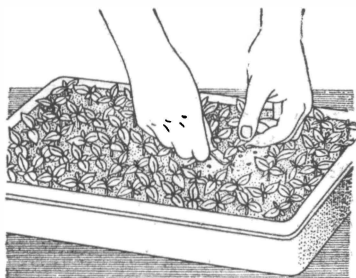
в воде. После этого их в течение 24 ч держат в одном из растворов: 0,003 %-ная борная кислота, 0,02 %-ный медный купорос, 0,1 %-ный серно-кислый цинк, 0,5 %-ный серно-кислый марганец, 0,1 %-ная никотиновая кислота. Температура раствора должна быть 18—20°C. Хорошие результаты дает барботирование (обработка семян электрическим током).

Рассаду выращивают на рыхлом питательном грунте, состоящем из равных частей торфа и перегноя. Последний можно заменить хорошо разложившимся компостом. Семена высевают в неглубокие небольшие емкости, делая расстояние между рядками по 4—5 см, а между семенами в ряду 3—4 см. Температура до появления всходов должна быть 25°C. При появлении всходов ящики переставляют ближе к свету и снижают температуру до 18—20°C днем и 14—16°C ночью. До конца периода выращивания рассады днем поддерживают температуру 20—22°C, ночью 14—16°C. Лучшие результаты получаются при досвечивании рассады.

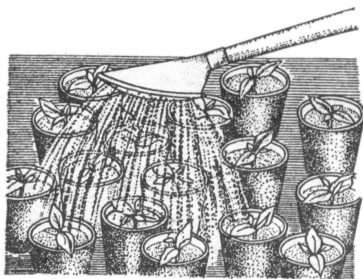
Зимой целесообразно выращивать рассаду томатов с дополнительным освещением люминесцентными лампами мощностью 400 Вт/м². При дополнительном освеще-



1



2



3



4

Томат:

1 — после посева семян ящик для ускорения появления всходов накрывают стеклом или газетой; 2 — пикировка сеянцев через 10—15 дней после посева (в фазе первого настоящего листа); 3 — после пикировки рассаду обильно поливают; 4 — так надо брать рассаду для высадки ее на постоянное место

щении рассады урожай плодов увеличивается на 30—60%, так как световой день продляется на 6—8 ч. В этом случае световой день составляет 16—18 ч: 7—10 ч приходится на естественное освещение, остальное

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы обеспечить потребность организма в витамине С, достаточно съесть в течение дня 100—150 г зеленого лука, или 200 г редиса, или 300 г листьев салата, но лучше того и другого вместе.

Ранние овощи: зеленый лук, редис и особенно салат — рекомендуют людям, у которых хрупкие, легко ранимые сосуды, кровоточат десны, легко образуются подкожные кровоизлияния и синяки.

время — на искусственное освещение в утренние и вечерние часы. Плодоношение поздних сортов наступает 20 мая, ранних сортов (Грунтовый грибовский, Молдавский ранний) — 10 мая, а при прищипке последних над 3-й кистью — 1 мая.

С образованием у растений первого настоящего листа рассаду пикируют в горшочки или стаканчики размером от 7×7 до 10×10 см (большой размер емкости способствует более раннему урожаю). Растения с шестью-семью настоящими листьями высаживают в 5—6-литровые емкости. Дальнейший уход заключается в поливе, подкормке и пасынковании. Необходимо помнить, что растения плохо переносят недостаток, а еще хуже избыток влаги, особенно продолжительное время.

Через 10—12 дней после пикировки сеянцев проводят первую подкормку, через неделю — вторую, за 4—5 дней до высадки рассады — третью. Для первой подкормки в 10 л воды растворяют 5 г аммиачной селитры, 10 г суперфосфата, 5 г серно-кислого или хлористого калия. При второй и третьей подкормках дозы всех компонентов удваивают.

После высадки растений удобрения вносят через каждые 10—15 дней. Через две недели после того, как томаты приживутся, их подкармливают следующим питательным раствором: 10 л воды, 10 г аммиачной селитры, 30 г суперфосфата, 10 г серно-кислого калия. В дальнейших подкормках состав и дозировка удобрений те же. Уход сводится к формированию куста, подвязке растений, поливам и подсыпке свежего грунта. Для лучшего опыления цветущие растения надо слегка встряхивать или осторожно прикасаться к отдельным кистям и цветкам.

**Опыт овощеводов-любителей
по выращиванию томатов
на балконе и в комнате**

Урожай с растений, выращенных в комнате, поступает с конца мая по сентябрь, по 30—40 плодов с куста.

С балконных «грядок», при посадке томата в середине июня, плоды начинают убирать в середине августа и заканчивают с наступлением первых осенних заморозков.

Жительница Новосибирского академгородка В. В. Мигиренко много лет выращивает томаты на балконе,

используя для этого сорта Пионерский и Соната (голландский гибрид).

Семена она высевает 20 января в горшочки с торфо-перегнойной смесью. Рассаду выращивает в теплице при температуре 22—25°C днем и 12—18°C ночью и интенсивном естественном освещении. Перед высадкой на постоянное место она подкармливает рассаду следующим составом: 10 г аммиачной селитры, 30 г суперфосфата и 20 г калийной соли на ведро воды. На растение расходуется 0,5 стакана раствора.

В начале апреля она высаживает рассаду в ведра с дерново-перегнойной смесью. С этого времени томаты растут в комнате. После приживания растения два раза в неделю подкармливает мясной водой. Куст формирует в один стебель. Сбор красных плодов длится с начала июня до начала сентября. За этот период было снято по 50—70 плодов, или по 2,5—3,0 кг с каждого растения.

Высокий урожай томатов в этом случае можно объяснить тем, что период формирования первых цветочных кистей проходил в оптимальных условиях, и тем, что мясная вода в качестве подкормки, по-видимому, вполне обеспечивала растения элементами питания.

М. И. Гнутова (Новосибирск) много лет подряд выращивает томаты на окне и на балконе. Она считает, что наиболее подходящий сорт для выращивания в комнате — Ранний-48, а на балконе — Бычье сердце. Она сеет семена в начале января (для окон) и в начале марта (для балкона и открытого грунта одновременно). Огородно-перегнойную смесь в соотношении 1:2 она насыпает в 5-литровые широкие, но низкие жестяные банки с пятью-шестью отверстиями на дне. Для увеличения высоты банки до 20—25 см она рекомендует использовать кольцо из релина. Тогда накапливается больше тепла в грунте и создаются благоприятные ус-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ◉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ◉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Ранние овощи необходимы людям, страдающим заболеваниями сердечно-сосудистой системы, в частности, ишемической болезнью сердца, гипертонией. В салате, редисе, зеленом луке содержатся соли калия, которые улучшают работу мышцы сердца, способствуют выведению из организма жидкости, что очень важно при сердечной недостаточности, сопровождающейся отеками.

ловия для роста растений. Для подкормки томатов (каждые 10—15 дней) использует раствор коровяка, в который добавляет суперфосфат (по 20 г на ведро), или птичий помет, разбавленный в 15 раз. Куст формирует в два стебля. После первой кисти оставляет боковой побег, а остальные убирает. После 4-й кисти верхушку прищипывает, на кистях позднеспелого сорта оставляет 3—4 плода. Растения заканчивают вегетацию к концу сентября.

Н. А. Смирнов (Москва) рекомендует выращивать в комнате скороспелые сорта с дружным созреванием плодов: Скороспелка, Белый налив, Невский, Грунтовый грибовский, а также более позднеспелые, высокорослые: Де-Барао, Пионерский, Московский осенний.

Перед посадкой он замачивает семена в теплой воде на 12—15 ч, затем обрабатывает их в 1%-ном растворе марганцово-кислого калия (1 г на 0,5 стакана воды), выдерживая 20 мин, а затем тщательно промывая.

Для выращивания рассады он советует такой температурный режим: первая неделя после посева семян — днем 15—18°C, ночью 10—14°C; позднее, до начала цветения, — днем 20—22°C, ночью 14—15°C, в период плодоношения температура днем 25—26°C, ночью 18—20°C.

Рассаду в фазе 5—6 листьев он высаживает в 6—7-литровые горшки или в глубокие ящики по одному растению.

Грунт для посадки должен быть следующего состава: одна часть торфа и одна часть перегноя. Растения размещают на южных окнах.

После укоренения томаты подкармливают. Состав первой подкормки: 0,5 г аммиачной селитры, 4,0 г суперфосфата, 1,0 г серно-кислого или хлористого калия на 1 л воды. При последующих подкормках доза удобрений увеличивается вдвое, а в период плодоношения азота берется в 2 раза, фосфора и калия — в 1,5 раза больше. На растение Н. А. Смирнов расходует 1 л раствора. В период образования плодов он обильно поливает томаты и встряхивает кисти для лучшего завязывания плодов.

Е. В. Фролов (Москва) выращивает томаты на подоконнике в течение многих лет. Лучшие из испытанных им сортов: Молдавский ранний, Талалихин, Белый налив, Невский, Штамбовый Алпатьева. Семена он высевает в октябре, предварительно прорастив на влажном войлоке при температуре 23—25°C, в молочные пакеты.

Рассаду выращивает с подсветкой (10 ламп по 40 Вт на м²), лампы дневного света находятся на расстоянии 20—30 см от растений. Облучает ежедневно до февраля, по 10—12 ч в сутки.

Почвенная смесь: торф и перегной в равных частях с добавлением полного минерального удобрения в равных дозах по 0,5 чайной ложки на каждый килограмм грунта. Перед посадкой Е. В. Фролов кладет на дно сосуда (жестяная банка емкостью 7 л) керамзит или битый кирпич (2—3 слоя, толщина 2 см). Сверху насыпает почвенную смесь. Рассаду обильно поливает водой и пересаживает с комом земли. Всего у него бывает 5 растений, которые расположены на юго-восточных окнах. За период вегетации он трижды подкармливает томаты. Первая подкормка — через 10 дней после посадки растений (10 г смеси полного минерального удобрения на 1 л воды); вторая — во время цветения 1—3-й кистей (5 г полного минерального удобрения на 1 л воды); третья — в период плодоношения (20 г удобрения на 1 л воды). На одно растение расходуется стакан раствора. Он регулярно пасынкует растения, оставляя только два стебля. Все пасынки укореняет для дальнейшего выращивания на балконе. Урожай с каждого растения — 30—40 плодов.

Любители-овощеводы В. И. Живов (Москва) и С. И. Стенин (Ижевск) разработали конвейер непрерывного поступления плодов томата круглый год.

В. И. Живов предлагает с растений томата, выращенных в открытом грунте, в середине июля выбрать пасынки в фазе бутонизации, укоренить их и высадить в литровые жестяные банки (сорта Скороспелка и Гигант).

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ◉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ◉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Салат, редис, зеленый лук обладают прекрасным желчегонным эффектом, стимулируют опорожнение желчного пузыря, нормализуют состав желчи, чем предотвращают, в частности, образование камней в желчном пузыре. Эти овощи полезны страдающим хроническим гастритом. Редис, кроме того, богат балластными веществами, которые не перевариваются и не усваиваются в пищеварительном тракте, но прекрасно очищают кишечник.

В первые дни растения надо держать в тени деревьев, поливая 2 раза в день в течение 12 дней после посадки. Томаты сорта Скороспелка зацветают, а через 60 дней созревают плоды (в открытом грунте плоды созревают через 90—105 дней). Растения сорта Гигант он переносит в квартиру перед осенними заморозками, где они продолжают расти до нового года.

Он выращивает томаты в один стебель, регулярно удаляя пасынки. Прищипку делает после 2-й или 3-й кистей. Два раза в месяц подкармливает растения полным минеральным удобрением (одна столовая ложка на ведро воды).

Очередной раз семена высевает в декабре, облучает растения и в начале февраля высаживает, размещая их на южных окнах. Тогда рассада будет готова к концу мая.

Посев в марте рассчитан на посадку томатов на веранде и садовом участке.

С. И. Стенин высевает семена томата для выращивания в комнате в начале марта. Сеянцы пересаживает в почвенную смесь из равных частей торфа и перегноя. Для выращивания он приспособил большие, 7—8-литровые, жестяные банки. Подкормку растений проводит каждые 10 дней овощной смесью (по 1 столовой ложке на 10 л воды), дополнительно дважды за вегетацию сыплет под каждый куст древесную золу (по 1 столовой ложке) с последующим обильным поливом. Куст формирует в два стебля. Банки он ставит в поддоны, куда стекает лишняя вода.

Пасынки с растений укореняет, они быстро зацветают и начинают плодоносить. С таких растений урожай поступает с октября по февраль, по 15—20 плодов с каждого растения.

Для непрерывного плодоношения семена томата он высевает в октябре, рассаду облучает в течение 2,5 мес. В этом случае томаты созревают уже в апреле.

В практике овощеводства существует «продленная» культура. Для этого взрослым растениям создают благоприятные условия, при которых они продолжают вегетировать в осенне-зимний период. Рассаду томата высаживают в открытый грунт, горшки или ящики большого размера в обычные сроки. В конце августа взрослые растения с плодами осторожно пересаживают в подходящие для комнаты емкости, притеняют и до наступления заморозков переносят на подоконник или

веранду, где они продолжают плодоносить до января-февраля.

А. Н. Подмогильный (Донецкая область) выращивает томаты на гидропонике. Он использует в основном «любительские» сорта: Ю. Гагарин, Красная красавица, Гранатный, Мир, Де-Барао.

Семена перед посевом он тщательно протравливает в растворе марганцово-кислого калия (1 г на 100 г воды) в течение 20 мин, а затем промывает водой. Рассаду выращивает на прокаленном песке в полиэтиленовых или молочных пакетах (по 2—4 семени в каждом) с середины февраля. До посадки на постоянное место подкармливает питательной смесью А и Б* Рижского завода (0,5 чайной ложки на 1 л воды). В фазе 4—5 листьев пересаживает рассаду в 10-литровые емкости (ведра, деревянные ящики). Ящики внутри выстилает полиэтиленовой пленкой и ставит на поддон. На дно тары овощевод насыпает дренаж высотой 2—3 см — щебень или гравий, а затем — песок. С первого дня после посадки он ежедневно утром и вечером подкармливает растения (1 столовая ложка удобрения на 10 л воды из расчета 0,5—1,0 л питательного раствора на каждый куст). Кроме того, он дополнительно увлажняет субстрат чистой водой, по 0,5—1,0 л на растение. Сосуды сверху мульчирует картоном или фанерой. На растении оставляет два стебля, точку роста не ограничивает. При потеплении некоторые кусты выносит на веранду.

В комнате плоды созревают на 10—15 дней раньше, чем на веранде. Урожай с одного куста достигает 8—10 кг.

Последнее время стал распространяться способ выращивания томата на вертикальных грядках, предложенный садоводом-опытником Ю. Васильевым (Москва).

Ящики навешивают на перекладыны-стойки на расстоянии 40 см друг от друга. Стойки могут располагаться и строго вертикально, и наклонно. Размер и форма емкостей могут быть разнообразными, но каждая емкость должна вмещать не менее ведра почвы или другого субстрата (торф, опилки) в расчете на 4—5 растений. Ящики развешивают так, чтобы вода и питательный раствор с верхних попадали в нижние.

* Смеси А и Б — полное минеральное удобрение с микроэлементами.

Благодаря такому устройству на м^2 площади можно разместить от 20 до 40 растений и получить с них до 30 кг спелых плодов.

Для выращивания на вертикальных грядках используют низкорослые сорта: Сюрприз 540, Москвич, Колхозный 34, Талалихин 186.

Семена высевают 23—25 марта, рассаду выращивают по общепринятой технологии. Во второй-третьей декаде мая, когда у растений уже по 8—10 листьев, их пересаживают в емкости, которые устанавливают друг над другом. Куст формируют в 1—2 стебля. Поливают через 2—3 дня и каждую неделю подкармливают, чередуя органические и минеральные удобрения. Коровяк разводят в 5, птичий помет — в 10 раз.

Минеральные удобрения применяют в небольших дозах: по 1 чайной ложке (5 г) аммиачной селитры и суперфосфата, по 3 чайные ложки (15 г) калийной соли на ведро воды. В период созревания дозу суперфосфата увеличивают до 10 г. Два раза в месяц субстрат пропитывают 1%-ным раствором марганцово-кислого калия с добавлением 2 таблеток микроэлементов на ведро воды. По мере роста растения верхнего ящика подтягивают к шпалерам, а томаты нижних растут, свободно свешиваясь вниз.

ПЕРЕЦ

Культивирование перца в Сибири началось сравнительно недавно. Распространены два вида перца: овощной, или сладкий, и острый. Плоды его богаты минеральными солями, особенно калия и железа. По содержанию витаминов перцы—чемпионы среди овощей. В 100 г плодов технической спелости содержится 83—171 мг витамина С, а в зрелых плодах еще больше—289—325 мг; каротина—0,5—5,0 мг, рутина 0,9—3,1 мг, есть также витамины В₁, В₂, Е, К.

У перца сладкого (взрослое растение) стебель прямостоячий, одревесневший. Ветвление начинается после 7—9-го листа. Верхушечная почка заканчивается цветком, а две боковые дают побеги первого, второго и так далее порядков. За вегетационный период успевают сформироваться 8—10 ярусов с 10—12 побегами, на которых образуется от 8 до 18 плодов.

Корневая система — мочковатая. Корни располага-

ются главным образом в поверхностном слое почвы на глубине 25—40 см.

В морфологическом строении перца острого и перца сладкого много общего. Главный стебель, или побег первого порядка, у перца острого также заканчивается цветочной почкой, а из пазух листьев появляются одновременно по два побега второго и выше порядков. Всего на растении в условиях Новосибирска успевает сформироваться 15—30 побегов 10—12 порядков с 20—40 плодами.

Наиболее продуктивны у обоих видов перца побеги 3—5-го порядков.

Рекомендуемые сорта перца сладкого для выращивания на балконе и в комнате: Новосибирский, Первенец Сибири, Ласточка, Виктория, Винни-Пух; перца острого — Астраханский, Процевский, Поломский (комнатный).

Сорта перца сладкого

Ласточка. Куст штамбовый, раскидистый, высотой до 65—70 см. Сорт среднеспелый. Вегетационный период длится 95—105 дней. От всходов до цветения проходит 65—75 дней. Плоды вверх торчащие, овально-конусовидной формы, гладкие, светло-зеленые (техническая спелость), при полном созревании красные, массой 50—55 г. Мякоть толщиной 4—5 мм, нежная, сочная. Урожай с куста, выращенного на балконе, равен 8—10 плодам.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ④ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ⑤ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Ранние овощи полезны и больным диабетом, особенно тем, у кого он развивается на фоне ожирения. Есть овощи следует в больших количествах, до ощущения сытости. Ранние овощи хорошо очищают зубы, а эфирные масла и фитонциды, содержащиеся в них, дезинфицируют полость рта. Кроме того, эфирные масла, органические кислоты и минеральные соли способствуют выделению пищеварительных соков и повышению аппетита.

Укроп, петрушка, пряные травы улучшают внешний вид и вкус блюда и обогащают его витаминами и минеральными солями.

Новосибирский. Выведен в Центральном сибирском ботаническом саду. Куст штамбовый, высотой до 65—68 см, среднеоблиственный. Вегетационный период составляет 95—100 дней. От всходов до цветения проходит 67—70 дней. Плод со слабосдавленной верхушкой. Окраска плода в технической спелости светло-зеленая, в полной зрелости — красная. Плоды одиночные, верхушечные, массой 50—58 г. Мякоть толщиной 4,0—4,5 мм, сочная, вкусная.

Особенности выращивания перца на балконе и в комнате

Рост и развитие перца зависит в первую очередь от температуры и освещенности. Основа успешного культивирования — создание оптимальных условий выращивания.

Наши рекомендации рассчитаны на выращивание перца на балконах, лоджиях, верандах. В этом случае лучший срок посева семян — вторая декада марта, то есть время посева семян для открытого грунта (агротехника выращивания рассады описана на с. 108).

На балконе перец удобнее всего выращивать в ящиках, ширина которых внизу (дно) 20—25 см, вверх 30—35 см, высота 15—18 см, длина ограничивается размером балкона. Для более интенсивного использования площади ящики в 2—3 яруса устанавливают на специальные кронштейны (полки). Между ящиками должно быть пространство в 50—80 см для низкорослых и в один ярус — для высокорослых растений.

Удобно также выращивать перец в полиэтиленовых мешках диаметром 25—30 см, высотой 30 см, в которых для лучшего регулирования водно-воздушного режима сделаны отверстия.

Можно использовать цветочные глиняные и пластмассовые горшки, жестяные банки.

В качестве субстрата берут компост из 60—70 % торфа, 20—30 перегноя, 10 дерновой земли, 2—3 фосфорных удобрений и 10 % извести-пушонки. Хорошо растет перец и на чистом торфе с добавлением 30—50 % опилок и удобрений (20—30 г аммиачной селитры, 20 суперфосфата, 50 г калийной соли на ведро смеси, данные ЦСБС СО АН СССР).

Рассаду размещают в 1—2 ряда на расстоянии 25—30 см друг от друга. Для экономии площади можно сажать перец вертикально в полиэтиленовом мешке 50×

100 см, заполненном грунтом. По окружности мешка в шахматном порядке пробивают отверстия такого размера, чтобы можно было высадить в них рассаду на расстоянии 25—30 см под углом 35—40° к стенке мешка. При такой посадке можно разместить 12—15 растений на боковых стенках мешка и 2—3 растения сверху. Для устойчивости мешок в трех-четырех местах привязывают к шпалере. Поливают растения сверху. Такая горка, особенно с созревающими плодами, декоративна.

Через 15—20 дней после высадки перец удобряют. В каждую лунку вносят по 3 г калийной соли и аммиачной селитры, 6 г суперфосфата. Подкормки повторяют в период цветения и плодообразования.

Побеги перца очень хрупкие и ломкие, поэтому для большей устойчивости их надо подвязать. Следует заметить, что подвязанные побеги, кроме того, лучше освещаются солнцем. Перец не пасынкуют, но если к концу вегетации на верхних побегах появятся бутоны и цветки, то их надо оборвать, чтобы ускорить налив плодов на нижних побегах. Плоды срывают регулярно при достижении ими технической спелости (зеленый плод должен быть длиной 8—12 см). Поливают растения по мере подсыхания грунта, сбрызгивая одновременно и листья. В период плодообразования норму полива следует увеличить.

ОГУРЕЦ

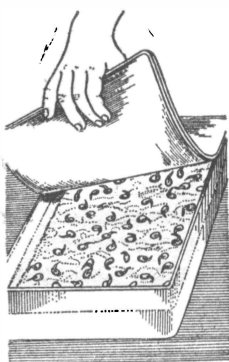
Огурец обладает высокими вкусовыми качествами в свежем и консервированном виде, способствует повыше-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Разновидностью салатов являются винегреты, в состав которых обязательно входит свекла. Салаты готовят из вареных, квашеных, маринованных и сырых овощей и фруктов, добавляя иногда мясо, рыбу, грибы и яйца.

Салаты из зелени и овощей подают как самостоятельные блюда и в качестве гарниров к овощным, мясным и рыбным холодным и горячим блюдам. Продукты для салата нарезают, смешивают и заправляют перед подачей на стол.

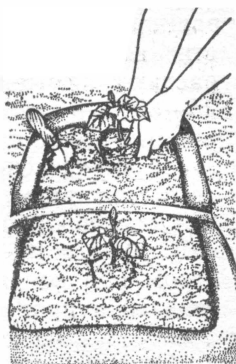
Для приготовления щей можно использовать крапиву, щавель и шпинат.



1



2



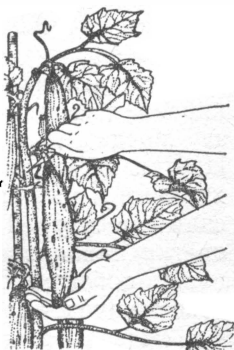
3



4



5



6

Огурец:

1 — посев семян на влажную бумажную салфетку; 2 — ростки высаживают в горшочки и обильно поливают; 3 — посадка растений на постоянное место (в фазу 1—2 листьев); 4 — подвязывание и прищипывание верхушки; 5 — прищипывание боковых побегов; 6 — сбор плодов (срезают острым ножом)

нию аппетита и лучшему усвоению пищи. В плодах его содержатся витамины А, В₁, В₂, С, фолиевая и пантотеновая кислоты, йод. Но их не так много по сравнению с другими овощами. Ценность огурцов в том, что они содержат ферменты, необходимые для лучшего усвоения витаминов группы В₁, и щелочные соли, снижающие кислотность желудочного сока. Свежие огурцы полезны при заболеваниях желудка, печени, почек. В соке плодов много фосфора, калия и кальция, необходимых при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Огуречные растения требуют необычных условий выращивания — высокой температуры и большой влажности воздуха. Семена при температуре 15—18°C прорастают на 10-й день, с повышением температуры до 25—30°C — через 3—6 дней. Кратковременное похолодание (до 10°C и ниже) губительно для растения. Если такое случается, то охлажденные всходы или растения не выхаживают, а производят новые посевы. Оптимальной температурой для взрослых растений считается 24—28°C днем и 16—18°C ночью. При ночных похолоданиях летом и в начале осени резко сокращается количество завязей и происходит массовая гибель растений от болезней.

Огурец — светолюбивое растение, поэтому посадки не должны быть густыми. При плохом освещении в загущенных посадках рост боковых побегов, несущих главный урожай, приостанавливается.

Стебель огурца в первые дни прямостоячий, позднее — стелющийся, ветвящийся. Из пазух листьев развиваются усики, с помощью которых растение цепляется за предметы и принимает вертикальное положение. Цветки на одном растении двух типов: мужские — с тычинками и пылью, так называемые пустоцветы, и женские — с нижней завязью и рыльцем пестика. Мужские цветки находятся на главном стебле, женские — на боковых побегах. Для увеличения числа женских цветков рекомендуется прищипывать верхушку главного стебля.

Пыльца огурцов тяжелая, липкая, переносится насекомыми. Пожелтение и опадение завязей свидетель-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Нередко на огурцах при обилии мужских цветков — пустоцветов — отсутствуют женские цветки — завязи. Как правило, это бывает вызвано загущением посевов, тем, что посев проведен непрогретыми семенами урожая прошлого года. Появление женских цветков ускоряется, если прищипнуть верхушку главного стебля. В этом случае усиливается рост боковых ветвей, на которых формируются преимущественно завязи. Некоторые овощеводы допускают ошибку, обрывая пустоцветы. Обрывать их нельзя, так как без них не будет опыления женских цветков и оплодотворения завязей. Неоплодотворенные завязи обычно желтеют и опадают.

ствуется о том, что они остались неоплодотворенными. В комнатных условиях следует ежедневно опылять женские цветки вручную, то есть на рыльце пестика наносить пыльцу с мужского цветка. Лучше это делать утром два дня подряд. Со времени оплодотворения завязей до получения плодов технической спелости проходит 10—12 дней.

Накоплен достаточный опыт подбора сортов и выращивания огурца в комнатных условиях. Сорта, требующие ручного опыления: Комнатный Рытова, гибриды ВИР 502 и 517, Марфинский, Алма-Атинский, Грибовский-2, ТСХА-11, Сюрприз-66, Первый спутник,— вполне подходят для возделывания в комнате. Хороши и партенокарпические сорта с частично или чисто женскими цветками, у которых завязь разрастается без опыления: Московский тепличный, Дин-30-с, Зозуля, Апрельский, Майский-Фламинго, Легенда. Можно брать сорта, предназначенные для открытого грунта: Неросимый, Нежинский, Конкурент, Изящный. Они более скороспелы, чем партенокарпические, но нуждаются в ручном опылении.

Комнатный огурец

Из всех перечисленных сортов следует выделить Комнатный Рытова, который имеет богатую историю. М. В. Рытов — выдающийся русский ученый. В конце прошлого столетия он вывел комнатный огурец, который в знак признания больших заслуг ученого назвали его именем.

В качестве исходного материала М. В. Рытов взял клинский огурец, способный расти и плодоносить при слабой освещенности. Многократно пересевая в комнате несколько образцов этого сорта, ученый сумел отобрать растения, которые хорошо росли и плодоносили в комнате.

Комнатный огурец был широко известен, но после Великой Отечественной войны след его затерялся. Обнаружены были семена этого сорта в поселке Лесном, недалеко от Москвы, где жил большой энтузиаст комнатного овощеводства А. Н. Егоров. Он получил когда-то от академика В. И. Эдельштейна несколько семян рытовских огурцов. А. Н. Егоров, по сути дела, возродил этот сорт и разработал технологию его выращивания на окне на гравийном субстрате.

Гравийный (гидропонный) способ заключается в следующем. В широкий поддон — 5-литровая низкая жестяная банка — насыпается 8—10-сантиметровый слой гравия, на который ставится 3-литровая железная или стеклянная банка без дна, наполненная рыхлым субстратом (мхом, торфом, опилками, песком), способным всасывать воду.

Гравий заполняют питательным раствором, состоящим из полного минерального удобрения с микроэлементами (оно выпускается в двух видах — А и Б). Если нужного удобрения в магазинах нет, тогда питательную смесь можно приготовить самим (30 г аммиачной селитры, 60 суперфосфата, 30 калийной соли, 2 г серно-кислого железа хорошо перемешивают и расходуют 1,5 г смеси на 1,0 л воды). В период плодоношения количество удобрения увеличивают вдвое.

Семена перед посевом замачивают в теплой воде. При появлении проростков их высаживают в центр меньшей банки, присыпав сверху песком, и поливают теплой водой. После появления всходов температуру с 25°C снижают до 18°C, чтобы корневая система развивалась быстрее, чем наземная часть растения. С появлением первого и второго листа банку следует время от времени поворачивать к свету, добиваясь вертикальности стебля. Позднее стебель подвязывают шпагатом к верхнему карнизу окна. С увеличением надземной массы корни огурца проходят через мох. Нижнюю банку в этот период наполняют раствором, который до этого меняли ежедневно. Взрослым растениям раствор подливают по мере надобности, но меняют гораздо реже.

Прищипывают растения в фазе 2—3 настоящих

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Замечено, что кратковременная подсушка почвы (до слабого подвядания листьев) усиливает образование женских цветков. После этого растения надо усиленно поливать и подкармливать, а также подсыпать легкую плодородную почву.

«Весовые рекорды» овощей, выращенных в разных странах: арбуз — 90,7 кг, капуста — 51,8 кг, кабачок — 47,85 кг, редис — 11,34 кг, лимон — 3,68 кг». (Интер-куррьер газеты «Советская Россия», № 75, 1987).

листьев, чтобы ускорить рост главного стебля и появление боковых побегов. Боковые побеги прищипывают над 5—6-м листом. В фазу цветения необходимо ежедневно проводить ручное опыление женских цветков. Урожай с одного растения составляет 50—80 плодов.

Следует обратить внимание на одну особенность этого сорта: на растение угнетающе действуют прямые солнечные лучи, поэтому даже в теплое летнее время огурцы целесообразно держать в комнате.

В весенние солнечные дни раствор добавляют чаще — несколько раз в день.

По данным А. Н. Егорова, время посева семян огурца — первая декада февраля и начало августа. При первом посеве растения плодоносят в более благоприятных условиях — при обилии тепла и солнца, а при втором сроке они успевают окрепнуть в погожие августовские дни и заложить генеративные органы.

Семенники огурца А. Н. Егоров рекомендует получать с февральских посевов. Для этого надо выбирать первые плоды правильной формы, типичные для сорта и опыленные пылью с другого растения. После разрастания опыленных семенных завязей (3—4) все другие завязи с растений убирают. Семенники оставляют на растении до полного побурения плода — признак зрелости семян. Снятые семенники держат в теплом месте 2—3 недели, после чего семена выпускают в стеклянную посуду для заквашивания. Через 3—4 дня их тщательно промывают в холодной воде и высушивают.

Метод А. Н. Егорова широко распространен в нашей стране. Р. Гуляев, проживающий в с. Красная звезда Шадринского района Курганской области, сообщает, что первый и второй сроки посева семян огурца (третья пятидневка февраля и середина августа) благоприятны для роста растений и плодообразования в условиях Зауралья.

Питательную смесь он готовит по-другому: 25 г мочевины, 60 суперфосфата, 30 калийной соли, 2 г сернокислого железа тщательно перемешивает и растворяет в воде. На 1 л воды берет 1,6 г смеси.

Ценен опыт Р. Гуляева по получению огурцов в течение всего года:

3-я пятидневка февраля — посев семян сорта Рытова; плодоношение с 20 апреля по 10—15 июня;

1-я пятидневка апреля — посев семян сортов Майский, Грибовский и высадка рассады под пленку;

2-я: пятидневка июня — посев семян скороспелых сортов Находка и Деликатес в грунт;
середина августа — второй срок посева семян сорта Рытова; плодоношение с ноября до весны.

В Новосибирске живет последователь А. Н. Егорова — Безносков Геннадий Иванович, у которого сохранились письма и рекомендации А. Н. Егорова.

По данным Смирнова (1982 г.) и Ченыкаевой (1977 г.), почвенную смесь готовят из равных частей перегноя, торфа, дерновой земли и добавляют в нее стакан печной золы или 10—15 г полного минерального удобрения на ведро смеси. Семена предварительно дезинфицируют в 1%-ном растворе марганцово-кислого калия в течение 20 мин, а затем тщательно промывают в проточной воде.

Пророщенные семена высевают в полиэтиленовые стаканчики, которые устанавливают в ящик. Чтобы ускорить появление всходов, ящик накрывают стеклом. Температура в период появления всходов должна быть 22—25°C днем и 15—16°C ночью. После появления всходов стекла снимают, а вытянувшееся подсемядольное колено у ростков сгибают кольцом и засыпают почвой до уровня семядольных листочков.

Для посадки растений пригодны 3—4-литровые глиняные горшки с насыпанным на дно гравием. На гравий сыпят грунт, но не на всю высоту емкости, а оставив место для подсыпки почвенной смеси растениям во время ухода за ними. Горшки ставят в поддоны на деревянные тонкие палочки, что улучшает доступ воздуха.

Подкармливают растения через каждые 10 дней: 1 г аммиачной селитры, 2 г суперфосфата, 0,5 г хлористого калия растворяют в 1 л воды. Позднее дозу увеличивают в 1,5 раза. Можно 30 г огородной смеси растворить в

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Следует знать, что при избыточных дозах минеральных удобрений, особенно азотистых, растения накапливают нитраты, очень вредные для организма человека. Под воздействием некоторых кишечных палочек (особенно активных в организме грудных детей) нитраты превращаются в нитриты, которые блокируют гемоглобин. При этом нарушается основная функция гемоглобина — перенос кислорода (матгемоглобинемия).

10 л воды и поливать растения из расчета 1 стакан раствора на 6—8 семян; для взрослых растений дозу подкормки удваивают.

Прищипывают растения при появлении 3-го настоящего листа. Удаляют верхушечную почку, оставляя пазушную. Боковые побеги над 5—6-м листом и неплодоносящие побеги удаляют целиком. В течение вегетации в горшки подсыпают грунт, чтобы усилить рост и развитие корневой системы.

Мария Ивановна Гнутова (Новосибирск) выращивает на окне огурцы сортов: Дин-зо-си, Рытова, ТСХА-1. Семена она высевает в конце февраля, в смесь дерновой почвы и перегноя (1:1). Растения размещает по одному в ведра или посылочные ящики. Подкармливает огурцы каждые 10—15 дней: первый раз — раствором коровяка (1:10) с добавлением 20 г суперфосфата; следующие подкормки готовит из птичьего помета (1:20), расходуя по 0,5 л на каждый саженец. Растения формирует по общей схеме.

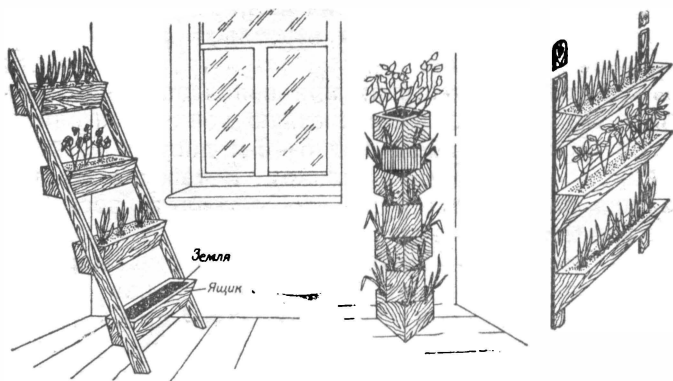
Для выращивания на балконе Мария Ивановна высевает семена сорта Зозуля в первой половине мая. Рассадку выращивает в комнате в полиэтиленовых стаканчиках, с наступлением устойчивого тепла высаживает огурцы на балкон в посылочные ящики.

Плоды на комнатных растениях созревают с апреля по июль, по 15—16 плодов на одном растении; с растений на балконе плоды собирают с июля по сентябрь, до 5 кг с каждого растения.

Сорта огурца, требующие опыления: Марфинский — теневынослив, многоплоден, высокоросл, поэтому требует тщательного формирования куста; гибриды ТСХА-1, Грибовский-2, ВИР-516, Первый спутник, Ива — скороспелы, урожайны и маловетвисты. Рекомендуется высевать их в январе и начале февраля. В этом случае в марте уже можно собирать урожай: по 12—18 плодов с одного растения. Для замены отплодоносивших растений через 40 дней после первого посева семена следует посеять вновь.

ОВОЩНЫЕ ДЕКОРАТИВНЫЕ РАСТЕНИЯ НА БАЛКОНЕ

Балкон может стать приятным местом отдыха, цветником или «огородом» на высоте пятого, шестого... девятого этажа. В домах, построенных по последним про-



Многоярусные полки различной конструкции удобны для размещения растений на балконе и в лоджии

ектам, лоджии бывают довольно просторными, поэтому кроме цветочных ящиков и горшков на них могут уместиться небольшой столик, складные стулья и маленькие скамеечки.

Цветочные ящики лучше подвесить с внутренней стороны ограждения. Предварительно в них надо сделать небольшие отверстия для стока воды и прикрыть керамическим боем или галькой. Ящики, предназначенные для вьющихся растений (огурец, томат, фасоль), можно поставить на пол.

Высокие, особенно вьющиеся растения, не только украшают балкон, но и защищают квартиру от солнца, пыли, ветра, улучшают микроклимат жилища.

В Сибири для выращивания на балконе или в лоджии подходят фасоль вьющаяся, огуречная трава, декоративный перец, декоративная тыква, бегония и другие.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ **ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ** ○ **ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

Ешьте чеснок — он полезен при простуде и желудочно-кишечных расстройствах. В нем много витаминов В, С, Д. Однако нельзя есть его много (головками, норма — один-два зубка), поскольку эфирные масла раздражают слизистую оболочку желудка и вызывают изжогу.

Детей приучайте к чесноку с 2—3-летнего возраста. Давайте понемногу: натирайте чесноком хлеб, добавляйте в кушанья.

ДЕКОРАТИВНЫЙ ПЕРЕЦ

Растение является разновидностью перца острого. Плоды его красивы, оранжевой или ярко-красной окраски, округлой или слегка продолговатой формы. На растении бывает 20—50 плодов массой от 7 до 10 г.

Декоративный перец сеют с января по март. В тепле (22—25°C) и рыхлом грунте семена прорастают через 2 недели. Способ выращивания рассады такой же, как перца сладкого. В фазе 3—4 листьев растения высаживают на постоянное место в горшки (по одному) или глубокие ящики (по 2—3 растения). С наступлением теплой погоды перец выносят на балкон в защищенное от ветра, но самое солнечное место.

В конце июня—начале июля появляются зеленые плоды. Они постепенно меняют окраску и долго держатся на растении, придавая ему декоративный вид. После того, как плоды окрасились, перец можно переставлять в более темные места, при этом яркость плодов не меняется. С наступлением тепла декоративный перец можно высадить в грунт на садовом участке, где растения будут свободно расти и образуют гораздо больше плодов. С приближением осенних холодов растения выкапывают и размещают на подоконниках. Вызревшие плоды с пересаженных растений следует убрать — это будет способствовать лучшему укоренению и росту перца, — а почву удобрить. Через некоторое время перец снова начинает цвести и плодоносить.

Одно растение перца декоративного может расти несколько лет.

В. Е. Грязных (Новосибирск) делится опытом выращивания этой культуры на подоконнике. Семена она высевает в марте в небольшую тару — консервные банки, по 1—2 семени в каждую. Почвенная смесь легкая: огородная земля с добавлением разложившегося компоста. Полив регулярный, нельзя допускать пересыхания. После появления 7—8 листьев образуется множество бутонов, а позднее и белых цветков. Плоды формируются и созревают постепенно, что является одним из ценных качеств культуры — перец всегда кстати для супов, щей и других блюд.

ОГУРЕЧНАЯ ТРАВА

Огуречная трава (бораго) — однолетнее пряно-ароматическое растение. Его листья и молодые побеги пах-

нут свежим огурцом. Свежую и сухую огуречную траву применяют при суставном ревматизме, неврозах, кожных болезнях, как слабительное, потогонное и мочегонное средство. Молодые нежные листочки добавляют в маринады, используют как приправу к супам, готовят из них салаты, смешивая с другими овощами. Красивые голубые с розовым оттенком соцветия имеют сладковатый, медовый вкус и являются прекрасным гарниром, а в засахаренном виде — деликатесом.

Огуречная трава ценится за высокое содержание витамина С — 13,0—50,7 мг (в зависимости от времени выращивания), каротина — 4,3—6,8 мг, рутина — 11,9—20,8 мг на 100 г зеленой массы.

Растение холодостойкое. Часто после перезимовки можно видеть самосев, который появляется сразу после оттаивания почвы. Во влажные и прохладные годы листья на растениях нежные, долго не грубеют, цветение и созревание плодов замедляется. В жаркий и сухой год листья рано становятся кожистыми, грубыми и теряют присущий им запах огурца.

Сеют огуречную траву по 1—2 семени в горшок, плошку, глубокий ящик или полиэтиленовый пакет так, чтобы позднее, в период цветения, вынести на балкон, где есть условия для усиленного ветвления и массового образования цветков. Сеют обычно в марте, а в середине мая растения выносят на балкон или в лоджию. Одно-два растения могут украсить балкон и дать семена для последующего посева.

Период цветения и созревания семян у огуречной травы очень растянут. В то время, как на нижних побе-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Как избавиться от нитратов в овощах?

1. Перед тем, как готовить блюдо из овощей, положите их на ночь в раствор поваренной соли — 1 ч. л. на литр воды.

2. За две недели до сбора урожая прекратите всякие подкормки.

3. Концентрация нитратов выше в овощах, срезанных вечером или утром, поэтому лучше убирать их днем.

4. Не употребляйте в пищу кочерыжку у капусты, место прикрепления тыквы или кабачка к стеблю, а также верхушки плодов!

гах семена уже созрели и осыпаются, на верхних еще есть цветки и бутоны. Семена осыпаются быстро, поэтому убирать их следует в несколько приемов, начиная с нижних цветочных побегов.

ФАСОЛЬ ВЬЮЩАЯСЯ (ОГНЕННО-КРАСНАЯ, МНОГОЦВЕТКОВАЯ)

Этот вид фасоли очень красив, на стеблях образуются белые, розовые, чаще ярко-красные цветки. Благодаря длинному стеблю и хорошей облиственности, растения можно использовать для затенения балконов. Они эффектно выглядят в центре композиции из однолетних растений.

В Сибири эту фасоль выращивают только как декоративное растение, в то время как ее можно употреблять в пищу. Молодые нежные бобы, у которых сквозь створки еще не видны налившиеся семена — диетический высококалорийный продукт. Их отваривают и подают как самостоятельное блюдо или гарнир.

Фасоль можно выращивать рассадой или сеять в грунт. При рассадном способе семена сеют в горшочки, замочив их предварительно за сутки до посева в теплой воде. Температура при выращивании не должна быть выше 12—14°C. Пониженная температура способствует формированию крепких, коренастых растений. За несколько дней до высадки рассаду (в теплые дни) выносят на балкон для закаливания. На постоянное место высаживают после прекращения весенних заморозков.

При безрассадном способе семена высевают в ящики не раньше 2—3-й декады мая. При ранних сроках посева или в период похолоданий растения надо укрывать. Семена сеют в один ряд на глубину 5—6 см, расстояние между растениями 15 см. Почва должна быть легкой и плодородной (компостная), заправленной полным минеральным удобрением из расчета 70—100 г на 1 м². С появлением 3—4 листьев для растений делают опоры (тонкие прутья, шпалеры из шнура). По мере роста стебли фасоли надо аккуратно обвивать вокруг опоры.

Поливать следует регулярно, увеличивая норму в период цветения, так как недостаток влаги может вызвать опадение цветков.

В начале августа появляются молодые лопатки — бобы, регулярный сбор которых (через день) продлевает обильное цветение и плодоношение.

ДЕКОРАТИВНАЯ ТЫКВА

Для этого однолетнего растения характерны мелкие листья и тонкие стебли. Плоды мелкие, грушевидной или тарелочной формы, с бородавчатой или гладкой поверхностью, очень ярко окрашенные. На каждом растении образуется 10—15 плодов массой 200—400 г. Зрелые тыквы покрыты твердой коркой и в пищу не пригодны. В комнате могут храниться несколько лет как украшение.

Молодые сочные завязи с рыхлой мякотью (недозрелые плоды) вполне съедобны. Поджаренные в масле, они вкуснее столовой тыквы.

Выращивают тыкву на балконе в 5—7-литровой таре. Семена на рассаду высевают за 3 недели до высадки, используя горшочки, заполненные смесью торфа и перегноя с добавлением речного песка (1:1:1,5).

Уход состоит в регулярном поливе, подкормке и подсыпке свежего грунта. Подкармливают огородной смесью в концентрации 30 г на 10 л воды из расчета 0,5—1,0 л раствора на каждое растение, в зависимости от возраста. Первый раз — через 10—12 дней после высадки, второй — при появлении первых завязей.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ◉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ◉ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

При выращивании овощей на подоконниках важно, чтобы стекла зимой не покрывались льдом, так как при этом снижается освещенность растений.

Чтобы стекла не замерзали, между рамами можно поставить стаканы с поваренной солью для уменьшения влажности воздуха. Из этих же соображений не надо заклеивать или замазывать наглухо наружные рамы.

Оконные стекла не будут запотевать и замерзать, если их потереть с внутренней стороны смесью из одной части глицерина и 10 частей денатурата. Существуют и специальные средства, препятствующие их замерзанию и способствующие разморозанию, — «Размораживатель стекол» и «Автоочиститель стекол-1». Замерзшие стекла можно также потереть тряпкой, смоченной в крепком растворе поваренной соли (2 ст. л. соли на 1 ст. воды). Протирать надо до тех пор, пока лед не сойдет.

Чтобы удержать растения в вертикальном положении, их периодически подвязывают к шпалере.

Вегетирует декоративная тыква до осенних заморозков.

ФИЗАЛИС

Физалис — это травянистое растение семейства пасленовых. В биологических свойствах и агротехнике выращивания имеет много общего с томатом. Но есть и преимущества перед ним:

легко переносит заморозки до минус 2—3°C, поэтому может возделываться гораздо севернее, чем томаты;

куст его не нуждается в пасынковании, что значительно облегчает уход за растениями;

рассаду физалиса высаживают на постоянное место (балконные ящики, вазоны) на 10—12 дней раньше томатов;

после высадки рассады плоды физалиса созревают через 55 дней;

у физалиса самый продолжительный период цветения по сравнению с многими овощными культурами, поэтому плоды формируются и созревают долгое время, практически все лето с растений можно собирать плоды.

Плоды физалиса желто-зеленые, что обусловлено наличием красящих веществ: хлорофилла, ксантофилла, каротина и других. Чехлики (разросшиеся чашелистики) предохраняют плоды от повреждений при уборке и перевозке. В чехликах содержится горькое вещество — гликозид физалин, который сравнительно быстро переходит в плоды при хранении, придавая им горьковатый вкус.

Неприятный привкус плодам может придавать клейкая маслянистая пленка, от которой плоды можно легко освободить путем кратковременного (в течение 3—5 мин) бланширования.

В плодах есть сахара (6%), белки (2,5%), лимонная кислота, пектиновые и дубильные вещества, витамин С. В них больше сухих веществ и пектинов, чем в томатах. В плодах физалиса удачно сочетаются качества овощей, фруктов и ягод.

Культурные формы физалиса делятся на две группы: овощную (перекрестно-опыляющуюся) и ягодную (самоопыляющуюся). К овощной группе относятся сорта: Московский ранний, Грунтовый грибовский и Кондитер-

ский (ароматичный); к ягодной — Земляничный-573 и Перувианский.

Из физалиса можно приготовить разнообразные изделия, используя замечательное свойство этой культуры желироваться, благодаря наличию пектинов, органических кислот и сахаров. Из овощного физалиса готовят преимущественно салаты, овощные супы, рагу, икру, консервируют его, солят, маринуют, делают начинки для пирогов, повидло, джем, цукаты, пастилу, мармелад, пат, конфеты. Соленые плоды физалиса не хуже томатов.

Ягодный физалис главным образом сушат для получения заменителя изюма, добавляют в компоты, варят из него варенья, готовят такие же изделия, как из мелких ягод.

Плоды овощного физалиса гораздо крупнее, чем ягодного (масса плодов первого 90 г, второго — до 5 г). Во многих случаях физалис продуктивнее томатов.

После окончания роста плоды физалиса, подобно томатам, способны дозревать при хранении, причем период хранения их гораздо продолжительнее, чем у томатов. Недозрелые плоды физалиса при температуре $+1... +4^{\circ}\text{C}$ сохраняются до весны, а зрелые — 2 мес при относительной влажности воздуха 85%.

Физалис менее требователен, чем томат, к условиям выращивания. Его можно высаживать рассадой или высевать семенами прямо в грунт. На рассаду семена вы-

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Мыть или протирать стекла надо не реже одного раза в месяц. Стекла, не мытые только месяц, так загрязняются, что не пропускают до 10% света. Стекла, протертые смесью из 3 частей воды, 7 частей глицерина и нескольких капель нашатырного спирта, грязнятся меньше и мыть их можно реже.

Сильно загрязненные стекла легче отмыть водой, в которую добавлена хлорная известь (50 г на литр воды). Не рекомендуется мыть стекла с мылом, так как образуется пленка, которую трудно устранить. Жирные пятна на стекле можно удалить разрезанной луковичей, а следы мух — тряпкой, смоченной в керосине или уксусе.

Стекла заблестят, если в воду добавить керосин (1 ст. л. на литр воды).

севают не раньше 10—15 апреля. С появлением первого листа ее пикируют. Уход за растениями до высадки на постоянное место такой же, как за рассадой томатов.

В открытый грунт семена высевают в первых числах мая, по 5—6 семян в лунку. Всходы прореживают, оставляя по одному растению в вазоне или на расстоянии 30—35 см друг от друга при размещении в ящиках. Уход заключается в регулярных поливах и подкормках. Состав питательных смесей существенно не отличается от применяющихся при выращивании томата.

ПАСЛЕН

Этот вид паслена (народное название — кубинская вишня) — многолетнее горшечное растение с оранжево-красными съедобными ягодами. Размножают его семенами и зелеными черенками. Семена сеют в конце февраля — начале марта в питательную рыхлую почвенную смесь из торфа и листовой земли в соотношении 1 : 2.

Всходы появляются при температуре 18—22°C на 8—10-й день. С появлением 2—3 настоящих листьев паслен высаживают в 3—5-литровые горшки. После нарастания 7—8 листьев точку роста следует прищипнуть для быстреего появления боковых побегов и формирования более раскидистого куста. Это будет способствовать образованию многочисленных цветков и плодов, придающих большую декоративность растению.

В период усиленного плодообразования паслен обильно поливают и подкармливают минеральными удобрениями. Нормы внесения удобрений такие же, как при выращивании томатов. Перед осенними заморозками паслен заносят в комнату, где он продолжает расти. Зимой плодики с растений убирают и используют в пищу или на семена.

Растение хорошо размножается черенкованием побегов. Эту работу целесообразно начинать в начале марта.

ПАСЛЕН ЧЕРНЫЙ

Родина паслена черного — Северная Америка. В настоящее время он широко распространился в тропической и умеренной зоне, включая Сибирь. Растения могут противостоять сильным заморозкам.

У паслена черного ветвистый стебель, достигающий высоты 90 см. Листья черешковые, яйцевидные или почти треугольные. Цветки мелкие, белые, собраны в

зонтиковидные соцветия. Незрелые плоды — зеленые жгуче-кислые, при созревании ягоды чернеют и наполняются сладко-кислым соком. Семена мелкие.

В плодах содержатся сахар, органические кислоты, гликоалкалоиды, дубильные вещества, каротиноиды.

Зрелые плоды паслена черного применяются в народной медицине, **незрелые ягоды и листья ядовиты!** Соком зрелых ягод, разведенным водой, полощут горло при ангине. Спелые ягоды едят для улучшения зрения, используют в качестве начинки для пирогов и варят из них варенье.

Семена можно высевать сразу на постоянное место в размещенные на балконе ящики и вазоны в начале мая, но лучше высаживать 15—20-дневную рассаду.

Уход заключается в регулярных поливах и подкормках. Обычно проводят две подкормки: первую — в начале цветения, вторую — в период массового плодоношения. На ведро воды берут 30—40 г огородной удобрительной смеси. Расход раствора при первой подкормке 150—200 мл, при второй — 300—350 мл на каждое растение.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ○ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Хорошо освежает кожу лица отвар из зелени петрушки. Для его приготовления 1 ст. л. сухой измельченной петрушки (стебли и листья) заливают 1 ст. кипятка и томят на водяной бане 20—30 мин. Процеженный отвар хранится 2—3 дня, а в холодильнике и дольше. Кожу лица протирают им утром и вечером.

Для отбеливания кожи 1 ст. л. промытых и мелко нарезанных листьев петрушки смешать с 1 ст. кислого молока (простокваши, кефира). Однородную массу нанести на лицо на 20 мин, после чего смыть теплой водой.

В прохладное время для обветренной кожи хорош отвар петрушки с укропом: 1 ст. л. смеси заливают 1 ст. кипятка и томят на водяной бане, затем остужают и смачивают им марлевую салфетку, которую кладут на лицо на 20 мин. После умывания на лицо желательно нанести питательный крем.

БЕГОНИЯ ВЕЧНОЦВЕТУЩАЯ (КРАСНОЛИСТНАЯ И ЗЕЛЕНОЛИСТНАЯ)

Растение цветет круглый год необыкновенно обильно. Цветы розовые всех оттенков. Размножают ее листовыми черенками. Черенки длиной 3—4 см сажают в смесь торфа и песка (1:1) на глубину 0,5—1,0 см. На м² можно разместить около 400 черенков. Приблизительно через 3 недели они укореняются, после чего их можно рассаживать в горшки с подготовленной смесью из листовой и дерновой земли с добавлением торфа и песка в равных частях. В период укоренения следует поддерживать температуру 20—22°C. Для роста и обильного цветения растений необходимы обильный полив и пониженная температура 16—18°C.

На солнечных балконах бегония отличается компактностью и яркостью цветков, на затененных формирует высокий мощный обильно цветущий куст.

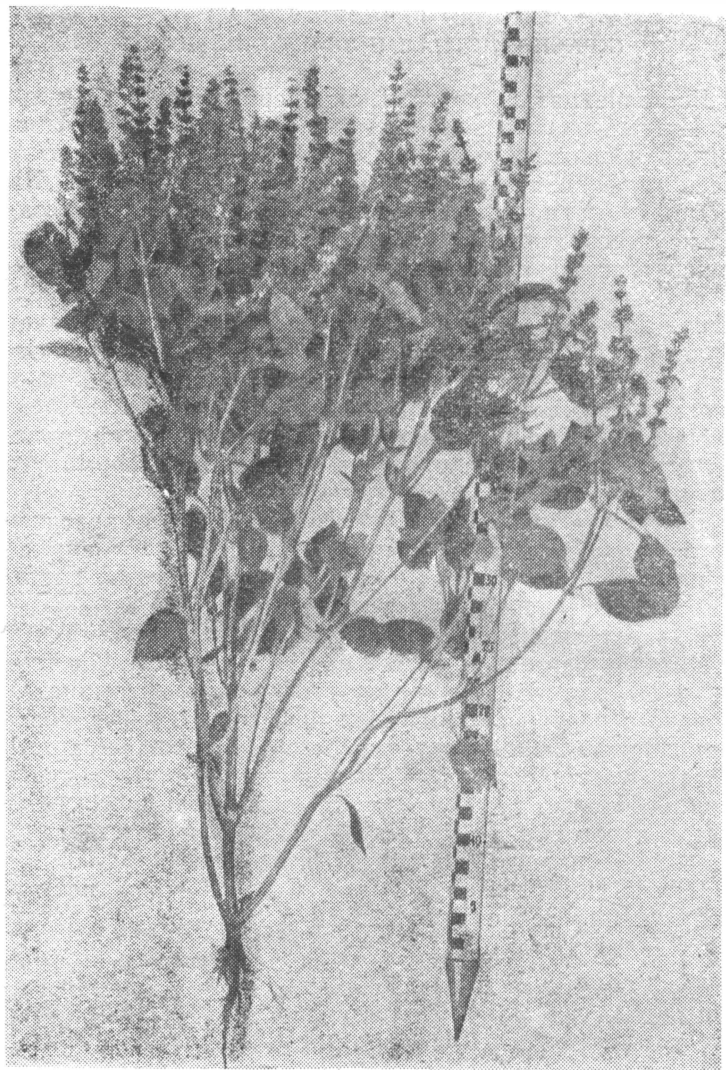
Бегония — быстро отцветающее растение, красивее всего она смотрится в первый год, поэтому в зимнее время лучше всего держать в комнате маточное растение, а весной расчеренковывать его.

У читателя может возникнуть вопрос, почему мы причисляем бегонию к овощным растениям? Дело в том, что в листьях ее содержится столько же витамина С, сколько в черной смородине, а вкус у них, как у молодого щавеля. Зимой листьями бегонии можно украшать салаты, вместе с другими специями добавлять в супы, борщи. Иногда приятно просто пожевать листок или цветок и ощутить во рту слабокислый приятный вкус, а заодно восполнить недостаток витамина С.

Чтобы зимой всегда был под рукой такой ценный продукт, достаточно выращивать в комнате 2—3 растения.

НАСТУРЦИЯ

Настурция отлично украшает своими яркими оранжевыми и желтыми цветками подоконники, балконы, лоджии. Ее листья имеют острый, своеобразный запах и вкус. Их добавляют в салаты, приправы. Зеленые незрелые семена, вымоченные в уксусе, используют как каперсы, добавляя в салаты, мясные и рыбные блюда, как гарнир.



Базилик

Семена настурции целебны. В них содержатся вещества, которые действуют как антибиотики (но только кратковременно) на бактерии, атакующие дыхательные пути (воспаление легких, грипп). Листья и сок свежего

растения в народной медицине используют против цинги. Кроме того, растение препятствует появлению кроветворной яблоневой тли.

Высота растений 25—35 см, листья округлые, ярко-зеленые, на длинных черешках.

Для хорошего развития настурция нуждается в интенсивном солнечном освещении и влажной рыхлой почве. Семена следует высевать во второй половине апреля на глубину 1,5—2,0 см на расстоянии 5×5 см друг от друга. С появлением двух настоящих листьев растения пересаживают на постоянное место. Чтобы у настурции сформировался крупный развитый куст, в ящике должно быть 5—6, а в 2—3-литровом горшке только 2—3 растения.

На балкон настурцию выставляют после прекращения весенних заморозков.

БАЗИЛИК

Базилик — однолетнее травянистое растение высотой 30—40 см. Стебель ветвистый с черешковыми заостренными мелкозубчатыми листьями удлинненно-яйцевидной формы. Цветки белые или розово-красные, пазушные.

Надземная часть растения содержит эфирные масла и дубильные вещества. Эфирное масло обладает бактерицидным действием. В народной медицине базилик применяется при болях в желудке, воспалениях мочевого пузыря, для лечения ран, полосканий.

Свежие и сухие листья, цветки используют для приготовления пряной приправы к мясным, рыбным и овощным блюдам. Базилик используют при засолке и консервировании огурцов и помидоров, добавляют в творог, масло, омлеты и салаты. В итальянской кухне и кухне южных славян он занимает особое место и является основной приправой для блюд из макарон. В поверьях многих народов базилик считается символом любви и семейного благополучия, поэтому его часто разводят как комнатное декоративное растение.

В середине апреля в посуду емкостью 0,5—1,0 л с легкой и плодородной почвой высевают несколько семян. Выросшие молодые растения держат в квартире до наступления теплой погоды. С прекращением весенних заморозков их выносят на балкон. Уход за растениями заключается в поливах, подкормках и рыхлении почвы. Зелень срезают в период массового цветения. В течение

лета возможны два среза. Для получения семян достаточно одного растения, его не надо срезать до конца вегетации.

МЕЛИССА (МЯТА ЛИМОННАЯ)

Мелисса — многолетнее растение высотой 40—80 см с ветвистым стеблем и яйцевидными листьями. Светло-желтые цветки густо растут из пазух листьев, что придает растению декоративность.

Эфирное масло мелиссы по запаху напоминает лимон. Молодые листья горьковато-пряные с приятным освежающим ароматом. Мелисса — одна из лучших пряностей. Ее добавляют в салаты, супы, рыбные, грибные и молочные блюда, напитки и компоты.

Мелисса оказывает лечебное действие при спазмах, улучшает аппетит, применяется при простудных заболеваниях.

Размножается семенами и делением куста. Предпочитает легкую и плодородную почву.

Семена высевают в апреле в ящики или горшки. С появлением двух листьев растения рассаживают по одному-два в сосуды, а с потеплением выставляют на балкон.

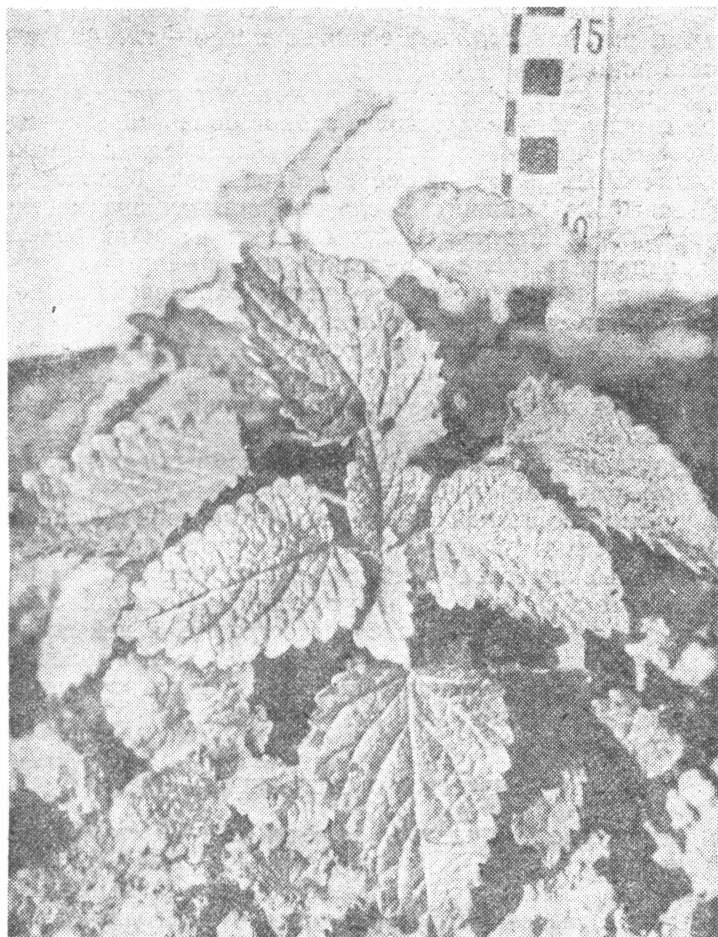
В первый год при хорошем уходе формируется куст из 5—6 побегов. В этот же год можно выборочно срезать с побегов листья.

С наступлением холодов горшки переносят в комнату, где мелисса продолжает расти, или срезают надземную часть, а горшки с корневищем ставят в подвал или оставляют на веранде, укрыв от морозов.

МЯТА ПЕРЕЧНАЯ

Мята — многолетнее растение. Высота куста от 30 до 90 см, стебель ветвистый, 4-гранный, густо покрыт острояйцевидными листьями с пильчатыми краями. Цветки расположены на концах стеблей или собраны в мутовки — колоски, венчики их мелкие, фиолетовые. Цветет мята с июня и до конца вегетации.

В нашей стране мята распространена как эфирномасличная и лекарственная культура. В последнее время ее используют еще и как пряно-вкусовое овощное растение. Листья, побеги и соцветия мяты применяют как ароматную и острую приправу к салатам, супам, овощ-



Мелисса

ным и мясным блюдам, а также для ароматизации кондитерских изделий.

В английской кухне мята занимает особое место при приготовлении соусов. В американской кухне ее добавляют в напитки из томатного сока для улучшения аромата и в различные фруктовые и овощные салаты. В арабской и испанской кухне мяту подают на стол в качестве пряности. Во Франции и Италии ее добавляют в различные смеси из пряностей.

В листьях мяты кроме витамина С содержится катонин, рутин и сложное эфирное масло — главная ценность растения.

В медицине листья мяты применяют в виде настоек для снятия невралгической и зубной боли (полоскания), как антисептическое средство при воспалении верхних дыхательных путей, насморке, бронхитах. Ментол, полученный из эфирного масла, эффективен при лечении стенокардии. Препараты мяты входят в состав валидола, корвалола, капель Зеленина, которые рекомендуют не только при сердечно-сосудистых заболеваниях, но и при болезнях печени и почек.

Мята — корневищное растение. Размножается только делением куста и за счет корневищных почек. Образует много боковых побегов, которые можно использовать в качестве посадочного материала.

Части корневищ лучше всего приобрести и высадить весной в горшки емкостью 2—3 л или глубокие ящики, заполненные рыхлой плодородной почвенной смесью. В таких емкостях при тщательном уходе (достаточные и обильные поливы с чередующимися подкормками) растения уже в первый год дадут достаточно зелени. Зимой мята украсит комнату и будет освежать в ней воздух.

До революции в деревнях мята была излюбленным цветком в доме, держали его только из-за аромата, не употребляя в пищу.

ПОРТУЛАК ОГОРОДНЫЙ

Однолетнее растение высотой 20—30 см. Стебель мясистый, дудчатый, разветвленный. Листья мелкие, мясистые, овальные. Цветет с июня до заморозков. Цветущие растения очень декоративны благодаря белым, желтым, иногда ярко-малиновым цветкам, расположенным по 2—3 в пазухах разветвленного стебля. Строение растения такое же, как у декоративного портулака. Семена мелкие, черные, созревают на 50—60-й день.

Портулак огородный содержит довольно много витаминов А и С, минеральные вещества, сахара, белки.

В народной медицине используют мясистые листья, которые благоприятно влияют на почки и успокаивающе действуют на нервную систему. Вкус листьев слабokислый, терпкий, освежающий.

В пищу употребляют только молодые нецветущие побеги с листьями. Из них готовят салаты, добавляют в



Чабер

супы, овощные блюда. Свежие, мелко нарезанные побеги с листьями подают к творогу, салатам, томатам, огурцам, рису, макаронам. (Рецепт супа из портулака. Листья портулака мелко покрошить и добавить в них мелко нарезанные стручки зеленой фасоли — того и другого по две столовые ложки, одну

луковицу, чайную ложку сахара и варить в мясном бульоне в течение 15 мин. В конце варки заправить суп зеленью).

Портулак огородный, учитывая его декоративность, лучше размещать на балконах. Семена сеют в марте в ящики без последующей пикировки. Площадь питания растений — 10×20 см. В середине мая их можно вынести на балкон.

Для получения семян достаточно одного растения, у которого побеги не срезают.

ЧАБЕР ДУШИСТЫЙ

Чабер — однолетнее растение высотой 20—60 см. Стебель прямостоячий, разветвленный. Листья линейные, цельнокрайние. Цветки мелкие белые или бледно-фиолетовые. Листья содержат эфирное масло, дубильные вещества и смолы.

В пищу применяют листья и молодые стебли в качестве приправы к супам, салатам, мясу, рыбе и как специи при засолке и мариновании овощей. Листья чабера не режут и не измельчают, а используют целыми, иначе они придадут блюду слишком острый вкус.

В медицине используется как болеутоляющее и закрепляющее средство при желудочно-кишечных заболеваниях. Эффективен и против кишечных паразитов. В народной медицине чабер применяют для возбуждения аппетита.

Для семьи достаточно иметь один-два сосуда с двумя растениями чабера в каждом. Семена следует высевать в марте сразу на постоянное место или в небольшие плошки с последующей пикировкой. Всходы появляются через 7—10 дней. Сеянцы необходимо присыпать (замульчировать) тонким слоем легкого плодородного грунта. При потеплении растения выставляют на балкон. Листья начинают срезать в фазу бутонизации или в начале цветения.

Растения, оставленные на семена, к концу лета начинают желтеть — признак созревания семян. Побеги целиком срезают и высушивают в хорошо проветриваемом помещении.

ВЫРАЩИВАНИЕ РАССАДЫ ОВОЩНЫХ РАСТЕНИЙ ДЛЯ ОТКРЫТОГО ГРУНТА

ТОМАТ

Увеличивается долгота дня, тепла становится так много, что можно заняться выращиванием рассады томата, огурца и перца. Эти культуры украшают квартиру, а уход за ними — занятие малоутомительное и даже приятное.

Продуктивность и быстрота созревания томата, высаженного в грунт, зависит прежде всего от качества рассады. Хорошая, стандартная рассада должна иметь утолщенный облиственный стебель с семью-восемью темно-зелеными листьями, развитую корневую систему и цветочную кисть в фазе бутонизации.

Почвенную смесь для рассады готовят следующим образом: на ведро смеси из двух частей перегноя и одной части дерновой земли берут 40 г аммиачной селитры, 150—200 суперфосфата, 40 хлористого калия, 20 г золы или извести (данные Западно-Сибирской овоще-картофельной опытной станции).

Хороший субстрат для выращивания сеянцев — торф с небольшой добавкой речного песка. Количество питательных веществ должно быть не менее, г: аммиачной селитры — 35—40, двойного суперфосфата (желательно порошковидного) — 35—40, сульфата калия — 30—40 на ведро смеси (данные ТСХА).

Выращивают рассаду и на чистом торфе или его смеси с древесными опилками (60—80% торфа и 20—40% опилок) с добавлением аммиачной селитры — 20—30 г, суперфосфата — 20, калийной соли — 50 г на ведро смеси (данные ЦСБС СО АН СССР).

Огородная земля с добавлением торфа или компоста (в равных частях) также пригодна для выращивания рассады, но ее необходимо предварительно обработать теплом. Дмитрий Федорович Борзенков в журнале «Приусадебное хозяйство» (1986, № 5) делится опытом такой обработки грунта.

Бак или кастрюлю на 2/3 объема наполняют землей, в середине лопаткой проделывают широкое отверстие, заливают в него 2—3 л воды, закрывают крышкой и ставят на плиту. Через 30—40 мин плиту выключают. После охлаждения смесью наполняют емкости для по-

садки или посева растений. Перед посевом почву поливают марганцово-кислым калием: 1,5—2,0 г на 30 л воды.

Чтобы избежать заболевания растений, семена обязательно обеззараживают. Для профилактики вирусных заболеваний их на 20 мин замачивают в 1%-ном растворе марганцово-кислого калия с последующей тщательной промывкой в проточной воде.

Чрезвычайно эффективно барботирование семян, позволяющее значительно ускорить появление всходов и последующий их рост (Мухин, 1979 г.). Обработку проводят в мерных цилиндрах, молочных бутылках с помощью аквариумных компрессоров. Семена с нормальной всхожестью барботируют 24 ч, с пониженной всхожестью — 48 ч. Для обработки берут обычную водопроводную воду, меняя ее 2—3 раза. Температура должна быть около 20°. Вместо воды можно использовать раствор азотно-кислого или фосфорно-кислого калия 0,05—0,1 %-ной концентрации.

Существует много рекомендаций предпосевного стимулирования семян, например, намачивание их в растворе микро- и макроудобрений, ростовых веществах (гетероауксине, соке алоэ, питьевой соде); прогревание и намачивание семян в теплой воде. Все эти приемы вполне доступны, но малоизучены.

Для посева семян удобна мелкая, небольшого размера тара (кашпо, жестяные баночки из-под консервов), тщательно вымытая горячей водой и продезинфицированная раствором марганцово-кислого калия. Предварительно грунт уплотняют и выравнивают дощечкой, уровень его должен быть на 1—2 см ниже краев тары. Перед посевом почву обильно увлажняют и на 1—2 дня ставят ящики к батареям или прямо на них — для обогрева. Семена сеют в бороздки на глубину 1,5—2,0 см, после чего присыпают их грунтом и осторожно, чтобы не вымыть, поливают.

Для создания оптимальных условий и ускорения появления всходов ящики закрывают полиэтиленовой пленкой и ставят к батарее. С появлением «крючков» (начало выхода всходов из почвы) сеянцы переносят на самый светлый подоконник и снимают полиэтиленовые укрытия.

В Сибири семена томата целесообразнее сеять в на-

чале апреля, чтобы получить рассаду 50—60-дневного возраста. Многие огородники высевают семена значительно раньше — в начале или середине марта. Этот срок посева подходит для выращивания томатов в весенних пленочных теплицах, а не в открытом грунте. Дело в том, что молодая рассада быстрее укореняется, бутоны и цветки на первых сформировавшихся кистях почти полностью сохраняются, что очень важно для получения раннего урожая.

Качество рассады зависит от площади питания растения. Чем старше растение, тем большая площадь требуется для него. Увеличение возраста рассады всего лишь на 7—10 дней вызывает необходимость увеличения площади питания на 80—150%. Для 45-дневной рассады достаточно площадь питания 50 см², а для 55-дневной — 100 см². При недостатке площади питания растения затеняют друг друга, сильнее вытягиваются. Чтобы избежать этого, необходимо расставить рассаду на большее расстояние по подоконнику (горшечная рассада) или аккуратно пересадить в отдельные горшки.

Ранний срок посева еще не гарантирует высокого и раннего урожая плодов, так как возраст рассады не всегда соответствует ее развитию.

При благоприятных условиях у 50—60-дневных растений более развитые плодовые кисти, чем у 70—80-дневных, выращенных при недостаточном освещении в загущенном посеве. Исключение составляют поздние сорта (Бычье сердце, Килограммовый, Великан, Де-Барао), широко распространенные среди любителей-овощеводов. До высадки в открытый грунт им требуется период в 70—80 дней. Их выращивают в горшках размером 15×15 см или 20×20 см, которые ставят подальше друг от друга. Размножают их пасынками и долго закаливают на окнах между рамами или на балконе.

Любитель-овощевод из Новосибирского академгородка Евгения Георгиевна Сокол высекает семена томата позднеспелых сортов в 2—3 срока: 1-го, 7-го и 15-го марта, чтобы выбрать лучшие растения. Она считает, что длительное «выдерживание» растений между рамами и ранняя высадка рассады в открытый грунт (конец мая под пленку) ускоряют созревание томатов даже позднеспелых сортов.

Б. И. Карасенко (Ростовская область, пос. Чертково)

предлагает делать в комнате изолированную камеру для выращивания рассады томата.

Для этого возле окна внутри комнаты на уровне подоконника устанавливают полочку или столик, внутреннюю раму вынимают из окна и ставят на столик, закрепив ее на расстоянии 70—80 см от наружной рамы. Пространство между рамами обтягивают полиэтиленовой пленкой, закрепляя ее драпкой и мелкими гвоздями.

Обе рамы должны иметь форточки. Внутри рам ставят ящики с рассадой. Проветривают через форточку, для увлажнения воздуха внутрь ставят стаканы с водой.

Хорошие результаты при выращивании рассады для открытого грунта дает дополнительное облучение растений. Установлено, что 40—45-дневная рассада, выращенная при интенсивном режиме, превосходит по продуктивности и скороспелости более высокую и взрослую. Интенсивное выращивание рассады для открытого грунта почти не отличается от выращивания растений для комнатного культивирования. Особенность — в световом режиме.

Установочная мощность ламп при появлении всходов — 300—350 Вт/м². После образования 4—5 настоящих листьев ее снижают до 150—200 Вт/м² или совсем прекращают досвечивание. Температуру в течение 3—4 дней после появления всходов снижают до 11—12°C днем и 8—10°C ночью. В следующие 5 дней температуру воздуха постепенно нужно повышать до 17—18°C днем и 13°C ночью. Все остальное время она должна быть 14°C ночью и 22—24°C днем.

Через 10—12 дней, в фазу семядолей или при появлении первого настоящего листа, сеянцы пикируют. В первые дни, до приживания, им нужен рассеянный свет, поэтому надо держать их подальше от окна и прямых солнечных лучей. Рассаду пикируют в полиэтиленовые стаканчики 8×8 см или 10×10 см без дна и устанавливают их в общий ящик. При пикировке рассады в грунт ящика площадь питания такая же. Молодые растения первое время регулярно увлажняют теплой водой (по мере подсыхания верхнего слоя грунта) из лейки с ситечком, распыл должен быть мелким.

Уход за рассадой предполагает создание оптимальных условий растениям в комнате. Режим питания и допустимой влажности воздуха и почвы соблюсти лег-

че, чем освещения. В светлых квартирах, где окна обращены на юг или юго-восток, рассада меньше страдает от недостатка света. В квартирах с темными окнами томаты надо высевать позже — в начале или середине апреля, пересаживать растения следует в более крупные горшочки и редко их расставлять.

После приживания, которое можно определить по началу роста новых листьев, рассаду подкармливают каждые 10 дней из расчета: 5—10 г аммиачной селитры, 40—80 суперфосфата, 10—25 г хлористого калия на ведро воды. Одно ведро раствора расходуют на 150—200 растений. Хорошие результаты дает навозная жижа, разбавленная водой в 8—10 раз, птичий помет, разбавленный в 10—15 раз, норма полива — 1 л на 15—20 растений.

Эффективна подкормка, особенно перед высадкой рассады в грунт, солями микроэлементов: на ведро воды берут 1—2 г борной кислоты, 0,5—1,5 серно-кислого цинка, 2 медного купороса и 1,5—2,0 г марганцово-кислого калия.

Если рассада переросшая, то последнюю подкормку целесообразно сделать после пересадки ее на постоянное место.

Как влияет на качество рассады влажность воздуха и грунта? При усиленном поливе рассада крупнее, с большими листьями. После высадки в открытый грунт такие растения сильно страдают от сухости воздуха. Рассада, выращенная при умеренном увлажнении, более засухоустойчива, лучше переносит пересадку, меньше болеет. Следовательно, поливать рассаду томата нужно редко, но обильно, за исключением 3—5 дней после пикировки, когда растения, чтобы укорениться, нуждаются в повышенной влажности воздуха и почвы. Позднее необходима усиленная вентиляция, поэтому надо чаще открывать форточки, отодвигая первое время от них рассаду.

Первый раз проветривание должно быть кратковременным, причем в самое теплое время суток. За 10—12 дней до высадки, когда наружный воздух потеплеет до 8—12°C, рассаду можно выставить на балкон. Заносить ее в комнату следует только при угрозе ночных заморозков.

В этот период нужно готовить рассаду к перевозке на садовый участок. Многодневная переросшая рассада

нуждается в опоре. Для этого прутики длиной 40—50 см вставляют в горшок и подвязывают растение к нему.

На садовом участке рассаду до высадки на постоянное место ставят в подготовленный парник. Первые дни рассаду притеняют от прямых солнечных лучей, чтобы не было ожогов. Это самый сложный период, так как в мае под пленкой температура днем может повышаться до 35—37°C, а ночью опускаться до 4—5°C, а иногда случаются и заморозки, поэтому рассаду в это время не следует оставлять без присмотра. Она может сгореть под пленкой. Такое часто бывает, когда изнеженная в комнате рассада попадает в совершенно другие условия. Поэтому так нужна закалка рассады перед высадкой ее на участок.

ПЕРЕЦ

Важно вовремя посеять семена перца, чтобы к моменту высадки растения успели сформировать вегетативную часть с 7—8 листьями и генеративную сферу в фазе бутонизации.

Перец очень требователен к теплу и свету; недостаток того или другого сдерживает рост и развитие его. Сроки посева перца, по сравнению с томатом, должны быть более ранними. При выращивании рассады в комнате лучший срок — середина марта.

Семена перца высевают в небольшие емкости: плоские банки из-под консервов, кашпо, низкие ящики малого размера. Почвенная смесь должна быть легкая и рыхлая. Хорошие результаты были получены в ЦСБС СО АН СССР при выращивании рассады перца на смеси торфа и перегноя (в равных частях) или смеси торфа с опилками в соотношении 3:1 с добавлением в последнюю смесь полного минерального удобрения: 20—30 г аммиачной селитры, 20 суперфосфата, 50 г калийной соли на ведро смеси.

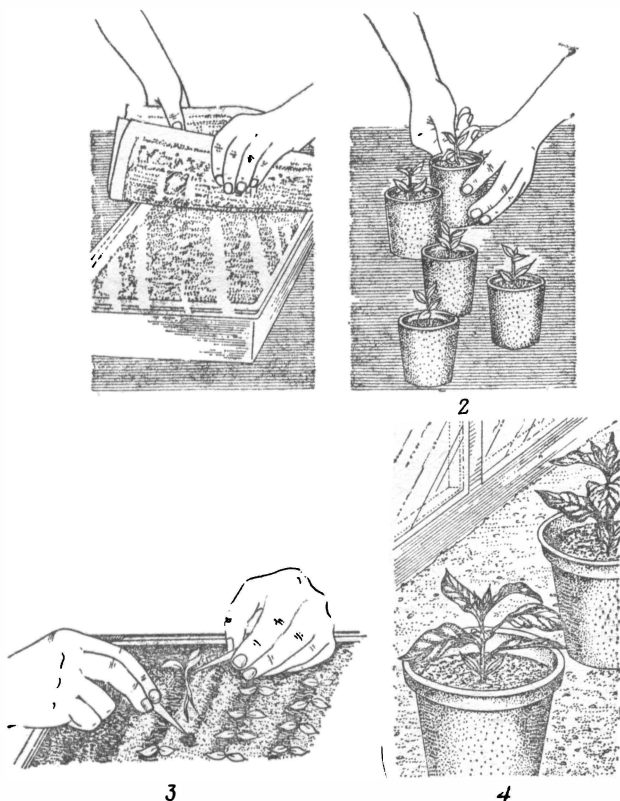
Перед посевом семена следует откалибровать, выбрать крупные, полновесные и обработать их 1-%ным раствором марганцово-кислого калия в течение 20—30 мин с последующей промывкой водой.

Семена с пониженной всхожестью, что часто бывает при любительском семеноводстве, следует замочить в теплой воде, а после набухания заложить на проращивание, рассыпав тонким слоем на влажную ткань, сло-

женную в несколько слоев, на тарелке или блюде. При постоянной влажности и в тепле (на батарее, у печки) прорастут наиболее жизнеспособные.

При барботировании повышается жизнеспособность семян и раньше появляются всходы. Семена перца с высокой всхожестью барботируют 36 ч, а с пониженной всхожестью — 72 ч (данные ЦСБС СО АН СССР).

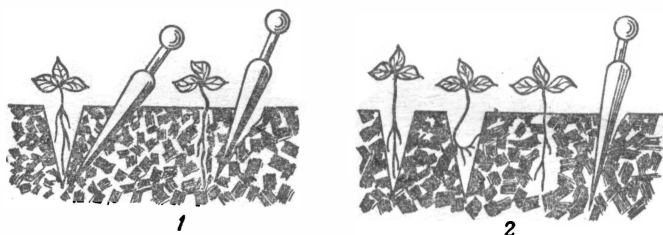
Способ посева семян рядовой или вразброс, заделка неглубокая. После мульчирования обязательен осторожный, но обильный полив.



Перец:

1 — семена высевают на увлажненный грунт и прикрывают сверху стеклом или газетой; 2 — пикировка сеянцев в горшочки; 3 — пикировка сеянцев в ящики; 4 — посадка растений на постоянное место — в горшки

При выращивании сеянцев температура должна быть не ниже 24—25°C. При такой температуре всходы появляются на 8—10-й день. В это время растильни с сеянцами переставляют на самое светлое окно и снижают температуру до 18—20°. Уход за посевами заключается в рыхлении грунта, уплотненного поливами. Пикировать рассаду начинают при появлении первого настоящего листа в стаканчики размером 8×8 см или 10×10 см. После приживания рассаду подкармливают. Первый раз — 40 г аммиачной селитры, 30 сернокислого калия, 70 г суперфосфата на 10 л воды с последующим поливом; второй раз — через 10 дней после первой подкормки — птичьим пометом, разбавленным в 15—20 раз, из расчета 1 л раствора на 10 л воды (по 1/4 стакана на растение — доза и первой и второй подкормки). Чистой водой поливают по мере подсыхания грунта в стаканчиках.



Пикировка сеянцев сажальным колышком:
1 — правильная; 2 — неправильная

В разработанной ЦСБС СО АН СССР технологии выращивания перца прослеживается влияние различных температурных режимов на рассаду этой культуры. Часть растений после всходов выращивали при оптимальной температуре: 25—30°C днем и 15—18°C ночью, другую часть — при той же дневной температуре, а в ночное время ее снижали до 8—10°C.

Наблюдения показали, что во втором случае (при более резкой смене дневной и ночной температур) развитие растений было замедленным в течение всего вегетационного периода. Следовательно, при выращивании рассады перца необходимо поддерживать температуру в дневное время не ниже 25°C с небольшим понижением в ночное время.

Перед высадкой в грунт необходимо закаливание:

за 3—5 дней до этого растения держат у открытых окон или выставляют на балкон.

В отличие от томата, рассаду перца нужно высаживать только после окончания заморозков, когда постоянная температура почвы будет не ниже 12°C.

ОГУРЕЦ

Наиболее эффективный прием получения раннего урожая плодов в открытом грунте — выращивание рассады. Способ этот хорош еще и тем, что позволяет ускорить плодоношение и уберечь растения от массового распространения переноспороза (ложной мучнистой росы), которое особенно опасно в июле. Пораженные растения быстро покрываются желтыми ржавыми пятнами и увядают. В течение 2—3 суток они полностью погибают.

Для профилактики отобранные полновесные семена перед посевом надо замочить в 1%-ном растворе марганцово-кислого калия на 20—30 мин, после чего тщательно промыть. Влажные семена проращивать следует в марле, сложенной в 2—3 слоя, регулярно увлажняя ее теплой водой. Можно держать семена на теплой батарее или около плиты, в холодном месте влажные семена могут закиснуть, не прорастая. Для посева необходимо заготовить горшочки или стаканчики, можно из полиэтиленовой пленки, диаметром 8—10 см.

Грунт для выращивания рассады должен быть легким, плодородным, состоящим из равных частей торфа и перегноя с добавлением листовой земли. Перед посевом почву обильно поливают водой, а через некоторое время дополнительно промачивают раствором 1 %-ного марганцово-кислого калия — по 1/2 стакана на емкость.

Семена высевают на глубину 2 см и засыпают рыхлым грунтом. До появления всходов ящик с горшочками закрывают стеклом или пленкой. Температура воздуха после посева должна быть 20—25°C, с появлением всходов ее необходимо снизить до 15—17°C — днем и 12—15°C ночью.

Выращивать рассаду огурца надо на самых светлых окнах: в тени всходы быстро вытягиваются. Известно несколько способов укорачивания стебля у растений огурца. Можно, например, подсыпать в стаканчики рыхлый грунт до семядольных листьев, при этом очень длинный стебель лучше сначала осторожно свернуть

полукольцом и только после этого засыпать слоем земли в 2—3 см. Можно уменьшить полив. В комнате, где выращивается рассада огурца, не должно быть сквозняков. Нельзя поливать рассаду холодной водой.

В фазу первых настоящих листьев растения надо подкормить. Для этого в 10 л воды растворяют 6 г мочевины, 20 суперфосфата и 10 г хлористого калия. стакан раствора расходуют на 3—4 растения.

Перед высадкой рассады на постоянное место температуру воздуха в комнате следует постепенно довести до 12—15°, а в безветренную погоду выносить ящики на балкон или лоджию.

Учитывая, что огуречное растение способно очень быстро расти и развиваться при благоприятных условиях, возраст рассады к моменту высадки не должен быть более 20—25 дней. В наших условиях рассаду огурца можно высаживать в тоннели или необогреваемые пленочные теплицы во второй половине мая или начале июня, а высевать семена — в последней декаде апреля.

Для 1 м² защищенного грунта нужно вырастить 10 растений (5—6 потребуются, остальные — резерв).

ЗАЩИТА РАСТЕНИЙ ОТ ВРЕДИТЕЛЕЙ И БОЛЕЗНЕЙ

Больно и неприятно видеть, когда с трудом выращенные растения начинают болеть или повреждаются вредителями. В этом случае их надо лечить и защищать.

К защите растений, произрастающих в комнате, рядом с человеком, предъявляются особые требования. Многие химические средства, которые используют в открытом грунте на садовых участках, токсичны для человека, и в квартире их применять нельзя. Как в этом случае подавить вспышку вредителей или болезней? Использовать растительные препараты. Они позволяют до минимума уменьшить возможный ущерб, наносимый здоровью человека, и в то же время защитить растения. Однако и при работе с растительными препаратами надо соблюдать элементарные приемы техники безопасности:

заготовленное сырье и препараты хранить в емкостях с этикетками и под замком;

во время работы с ядохимикатами не курить, не есть, не пить;

после работы обязательно вымыть лицо и руки с мылом.

Чаще всего растения поражает листовая тля. Это мелкие насекомые зеленоватого, бурого или черного цвета. Обычно тля размещается на молодых листьях на нижней стороне и на верхушках побегов. Она высасывает из них сок, оставляя на поверхности клейкую, блестящую пленку.

Поврежденные листья становятся бледно-зелеными, скручиваются, закрывая колонии тли. Размножается вредитель быстро, за сезон он дает 8—10 поколений. Поврежденные растения надо опрыскивать настоем чеснока, раствором мыла или обработать табачной пылью несколько раз с интервалом в неделю.

В сухую жаркую погоду многие овощи повреждаются паутиным клещиком. Это очень мелкие, едва заметные невооруженным глазом насекомые. Они поселяются на нижней стороне листа, затягивая ее тончайшей паутиной. По этой паутине и можно определить присутствие вредителя на растении. Листья начинают быстро желтеть и осыпаться.

Самый простой, доступный и безопасный способ борьбы с клещиком — многократное, до 3—5 раз в день, опрыскивание растений холодной водой, особенно с нижней стороны листьев. Наибольший эффект дает сочетание опрыскивания водой с обработкой раствором чеснока.

Растения на балконе чаще всего поражаются черной ножкой. Болезнь вызывает паразитный грибок, споры которого зимуют в почве, на инструментах и таре. У растения, больного черной ножкой, возле корневой шейки темнеет стебель, что приводит к засыханию и гибели.

Появлению и распространению болезни способствуют повышенная влажность и загущение посадок.

Для профилактики черной ножки необходимо ежегодно до посадки дезинфицировать ящики и инструменты раствором формалина (1 г формалина на 20—25 г воды) или 10%-ным раствором марганцово-кислого калия. Эффективна замена почвы. Если заменить почву нельзя, то надо старый грунт облить крутым кипятком.

Часто на растениях появляются желтоватые округлые пятна с беловатым или сероватым налетом. Это

признаки ложной мучнистой росы, от которой растения погибают целиком. Как правило, этим заболеванием поражаются огурцы и томаты. Для профилактики необходимо опрыснуть растения в фазе 3—4 листьев бордоской жидкостью (1%-ным раствором медного купороса и извести).

Через 2—3 недели обработку надо повторить.

Для защиты растений от вредителей в жилых помещениях, на балконах и лоджиях можно использовать следующие растительные препараты:

ТАБАК И МАХОРКА

Табак и махорка содержат алкалоид никотин, обладающий свойствами яда контактного, фумигационного и отчасти кишечного действия. Количество никотина в листьях колеблется от 0,5 до 12%, в семенах — следы. Никотин, проникая в организм насекомых через трахеи и кожные покровы, быстро всасывается, разносится по гемолимфе и вызывает паралич нервных волокон, насекомое погибает.

Отвар готовят из сырых и сухих листьев, стеблей, табачной пыли.

Сырые измельченные растения табака заливают водой из расчета 1 кг на 10 л и кипятят 30 мин, доливая воду по мере испарения. Отвар сутки настаивают, фильтруют и перед использованием разбавляют водой в 20—30 раз.

Сухие измельченные растения заливают водой из расчета 400 г на 10 л, сутки настаивают и 2 ч кипятят полученный настой, после чего охлаждают и фильтруют, перед использованием разбавляют 10 л воды.

Настой. Измельченное высушенное сырье заливают водой из расчета 400 г на 10 л воды, настаивают 2 суток, процеживают и разбавляют 10 л воды.

В рабочий раствор из отвара или настоя добавляют калийное или хозяйственное мыло: 30—40 г на 10 л раствора, чтобы улучшить смачиваемость и растекаемость их.

Отвары и настои из табака и махорки применяют для уничтожения тлей, медяниц, трипсов, открыто питающихся гусениц первых возрастов, личинок пилильщиков.

Табачную и махорочную пыль в смеси с гашеной известью в соотношении 1:1 используют для уничтожения тлей, трипсов, крестоцветных блошек.

КАРТОФЕЛЬНАЯ БОТВА

Настой готовят из свежей или высушенной ботвы картофеля, не пораженной болезнями.

Сырую ботву заливают водой из расчета 1,2 кг на 10 л, 3—4 ч настаивают, процеживают, добавляют 40—50 г мыла, вспенивают и опрыскивают.

Сухую ботву заливают водой из расчета 600—800 г на 10 л, настаивают и добавляют мыло. Настой более высоких концентраций может вызывать ожоги. Обрабатывать лучше вечером.

Настой из картофельной ботвы применяют против тлей, клещей, листогрызущих гусениц. Эффективность свежеприготовленных растворов против этих насекомых — 80%.

ТОМАТНАЯ БОТВА

Отвар готовят из сырой и сухой ботвы.

Сырые листья, стебли, пасынки, корни измельчают, заливают водой из расчета 4 кг на 10 л, настаивают 3—4 ч и кипятят на слабом огне 30 мин. Затем охлаждают его, процеживают и разбавляют водой (на 10 л воды берут 2—3 л раствора).

Сухую ботву заливают водой из расчета 1 кг на 10 л, 4—5 ч настаивают и 2—3 ч кипятят на небольшом огне, процеживают. Для приготовления рабочего раствора отвар разбавляют водой в 2 раза и добавляют в него мыло (30—40 г на 10 л раствора). В прохладном помещении отвар сохраняет токсичность около года.

Применяется против листогрызущих гусениц, личинок пилильщиков, гусениц яблонной плодовой тли, клещей и тлей, вредящих на овощных, плодовых, ягодных и декоративных культурах.

Дуст. Неразбавленным отваром томатной ботвы смачивают извест-пушонку или печную золу из расчета 2 л на 10 кг. После подсушивания растения опыливают против цветоедов.

ПАСЛЕН СЛАДКО-ГОРЬКИЙ

Растение содержит алкалоид соланин. Заготавливают паслен в период цветения.

Отвар. Зеленые стебли с листьями и цветами измельчают, заливают водой из расчета 5—6 кг на 10 л, нас-

таивают 3—4 ч и кипятят на небольшом огне 3 ч. После этого отвар охлаждают, процеживают и хранят в стеклянной, плотно закрытой посуде. Перед употреблением разбавляют его в 2 раза водой, добавляют мыло и применяют против сосущих и листогрызущих вредителей.

ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ И ГОРЬКИЙ

Отвар. Сырые плоды перца разрезают, заливают водой из расчета 1 кг на 10 л, кипятят в течение часа в закрытой эмалированной посуде, двое суток настаивают, процеживают, разливают в бутылки и хранят в прохладном темном помещении. Для приготовления рабочего раствора берут 125—150 мл отвара на 10 л воды и добавляют в него 30—40 г мыла.

Применяют против гусениц яблонной плодовой (500 мл концентрата на 10 л воды).

Настой. Сырые или сухие плоды перца заливают водой из расчета 0,5—1,0 кг на 10 л воды, настаивают и опрыскивают растения.

Настои и отвары из перца применяют для борьбы с тлями, медяницами, открыто живущими мелкими гусеницами, трипсами, молями.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ

Настой. Чешую лука заливают водой из расчета 200 г на 10 л, 4—5 дней настаивают, процеживают и 3—4 раза опрыскивают с интервалом 5 дней.

Можно приготовить настой из луковиц. Для этого 200—300 г луковиц пропускают через мясорубку, заливают 10 л воды, одни-двое суток настаивают, процеживают и используют против тлей, паутинных и земляничных клещей, медяниц, трипсов, яблонной плодовой и других вредителей.

Для отпугивания птиц, питающихся ягодами, в кроне размещают разрезанные луковицы. Высушенные перидически заменяют свежими.

ЧЕСНОК

Настой. Чеснок пропускают через мясорубку и заливают горячей водой из расчета 200—300 г. на 10 л, настаивают двое суток, процеживают. Настой чеснока эффективен против тлей, клещей, медяниц и других

вредителей. Рекомендуется двухкратное опрыскивание с интервалом 3—5 дней.

Применяют настой и для борьбы с фитофторой томата. Для этого чеснок измельчают, заливают водой — 300 г на 10 л — и 3—4 раза опрыскивают растения после массового цветения картофеля.

ПИРЕТРУМ

Порошок готовят из цветов кавказской, персидской или далматской ромашки. Пиретрум обладает свойствами яда контактного действия. Порошок смешивают с двойным количеством талька или дорожной пыли и опыливают растения. Норма расхода 1,5—2,0 г на м².

Из порошка пиретрума можно приготовить суспензию: 200 г порошка настаивают в 10 л воды 10—12 ч.

Порошок и суспензию применяют против вредителей овощных культур и бытовых насекомых — мух, тараканов, комаров.

РОМАШКА АПТЕЧНАЯ

Настой. Сухое измельченное сырье заливают горячей водой из расчета 1 кг на 10 л, 12 ч настаивают и фильтруют. Перед опрыскиванием настой разбавляют водой в 3 раза и добавляют в него 30—40 г мыла на 10 л раствора.

Применяют против трипсов, мелких и ложных гусениц. Настой ромашки растения не ожигает.

ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ

Настой. Растения заготавливают в период цветения. Провяленную (1 кг) или сухую (0,5 кг) полынь сутки настаивают в 10 л воды и 30 мин кипятят. Перед применением настой разбавляют водой из расчета 1:1 и добавляют в него 30—40 г мыла на 10 л раствора. Двух-трехкратное опрыскивание с интервалом в 7 дней вызывает полную гибель листогрызущих гусениц.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Заготавливают всю надземную часть растений в начале цветения.

Настой. Измельченную растительную массу (800 г) ошпаривают кипятком, доливают водой до 10 л и настаивают 36—48 ч.

Отвар. Берут те же компоненты и в том же соотношении, что и для настоя, 30 мин кипятят, процеживают, добавляют по 20—30 г мыла на каждые 10 л рабочего раствора.

Применяют против тлей, медяниц, трипсов, паутинных клещей и листогрызущих гусениц.

ОДУВАНЧИК

Листья заготавливают до цветения, корни — весной или осенью.

Настой. Корни (200—300 г) или свежие листья (400 г) заливают 1 л теплой воды и настаивают 1—2 ч. Затем до 10 л дополняют водой, фильтруют и применяют против тлей, клещей, медяниц.

Так же готовят настой из корней конского щавеля.

РЕПЕЙ

Настой. Измельченные листья и стебли (1/3 часть емкости) заливают водой (2/3 части) и настаивают трое суток. Настой отпугивает бабочек яблонной плодовой, а также обладает овицидными свойствами — уничтожает яйца бабочек.

Обработывают растения 4 раза, начиная с середины июня, через 10—12 дней.

НОГОТКИ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ

Настой. Семена ноготков заливают водой из расчета 1 столовая ложка на литр и настаивают трое суток. Настой уничтожает возбудителей болезней.

Для профилактики нематод и проволочников ноготки высевают среди овощных культур.

ГОРЧИЦА

Настой. Сухой порошок горчицы заливают горячей водой из расчета 100 г на 10 л, двое суток настаивают и разбавляют холодной водой в соотношении 1 : 1. Настой применяют против гусениц.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Настой. Свежесрезанные веточки сосны заливают кипятком из расчета 1 кг на 1 л, сутки настаивают, разбавляют водой в 5 раз и опрыскивают.

Хвойный концентрат. Порошок оранжевого цвета, применяемый для ванн. Не только отпугивает насекомых, но и уничтожает их. Для отпугивания насекомых берут 2 столовые ложки концентрата на 10 л воды, для уничтожения — 4 столовые ложки порошка на то же количество воды. Хвойный концентрат не ожигает растения, безвреден для человека и насекомоядных птиц.

Настой из хвои сосны и хвойного концентрата используют против тли и огневки.

ЦИТРУСОВЫЕ

(апельсин, мандарин, лимон)

Настой. Свежие или сухие апельсиновые или другие цитрусовые корки пропускают через мясорубку, заливают теплой водой из расчета 1 кг свежих или 100 г сухих корок на 3 л и настаивают 4—5 суток в темном месте. Для приготовления рабочего раствора 1 л настоя разводят 10 л воды и добавляют в него 30—40 г мыла. Применяют против тлей и клещей. Растения опрыскивают 3—4 раза через 6—7 дней. Запах цитрусовых отпугивает мух, комаров, мошек, трипсов.

БАРХАТЦЫ (tagetes)

Травянистую массу растений заготавливают осенью.

Настой. Сухие измельченные бархатцы заливают теплой водой из расчета 1 кг растительной массы на 10 л и настаивают 48 ч. Бархатцы угнетают развитие вредоносных почвенных нематод, оздоравливая почву. Растущие бархатцы подавляют развитие нематод на расстоянии 60 см.

Настой эффективен также в борьбе с грибковыми болезнями. В цветоводстве применяют 3-кратный полив настоем для борьбы с черной ножкой астр и левкоев.

МОЛОЧАЙ ПРУТЬЕВИДНЫЙ

Отвар. Особенно ядовит отвар из отцветших растений. Свежие листья и стебли заливают водой из расчета

4 кг на 10 л, кипятят 2—3 ч, фильтруют, доливают водой до 10 л и проводят 2—3 опрыскивания с интервалом 3—4 дня. Погибают открыто питающиеся гусеницы насекомых и возбудители болезней (ржавчины, пятнистости и других).

САФОРА ЛИСОХВОСТНАЯ

Травянистую массу заготавливают в начале цветения.

Настой. Сухие измельченные растения заливают водой из расчета 1,2 кг на 10 л воды, настаивают сутки, фильтруют в плотно закрывающуюся емкость. Для опрыскивания настой разводят водой в 2 раза и добавляют в него 30—40 г мыла на 10 л настоя.

Применяют в борьбе с листогрызущими гусеницами, тлями, медяницами, личинками клопов и другими вредителями.

ЖИВОКОСТЬ ВЫСОКАЯ

Живокость заготавливают в начале цветения, корни — рано весной или осенью. Больше всего алкалоидов в корнях (4%), в листьях — 1,38, в семенах — 2,5%. Заготовленное сырье хорошо просушивают и размалывают.

Настой. Сухое сырье (1 кг), порошок из корней (100 г) или семена (400 г) заливают 10 л воды, настаивают одни-двое суток, фильтруют и опрыскивают растения.

Отвар. Берут те же компоненты и в том же соотношении, что и для настоя, заливают на несколько часов водой и кипятят 1—2 ч.

Порошок живокости в смеси с дорожной пылью в соотношении 1:3 из травы и 1:8 из семян применяют для опыливания растений.

Настои, отвары и порошки живокости — контактные и кишечные яды, уничтожающие гусениц кольчатого шелкопряда, боярышницы, златогузки, молей, гусениц капустной и репной белянок, ложногусениц пилильщиков, а также мух и тараканов.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение. 1. Овощные салаты

В состав овощных салатов входят: капуста белокочанная, огурцы, томаты, лук, перец сладкий в соотношении 1:1:1:0,5:1 (весовые части).

Свежую капусту шинкуют, перец сладкий режут на кусочки длиной до 40 и шириной до 20 мм, морковь — на кубики с гранями 7—10 мм, томаты и огурцы — кружками. Нарезанные овощи перемешивают с солью и добавляют масло.

Для консервирования овощных салатов готовят заливку: половину нормы соли растворяют в воде и добавляют пряности. Затем овощи укладывают в банки и стерилизуют (в кипящей воде): пол-литровые банки — 20, литровые — 30 и трехлитровые — 40 мин. После этого банки закрывают, охлаждают и 2—3 дня выдерживают в холодильнике при 0°, а потом переносят на хранение в подвал.

**Соотношение компонентов в овощных салатах
(на 10 кг смеси)**

Компоненты	Вид салата			
	Украинский	Донской	Кубанский	Ташкентский
1	2	3	4	5
Капуста свежая, кг	—	—	2,5	—
Перец сладкий красный, кг	1,7	—	—	2,2
Перец сладкий (красный или зеленый), кг	—	2,2	1,5	—
Томаты свежие, бурые или красные, кг	4,4	5,5	4,0	2,7
Морковь, кг	1,7	—	—	—
Лук, кг	1,2	1,6	1,2	1,5
Масло подсолнечное или хлопковое, кг	0,08	0,06	0,06	0,06
Уксусная кислота, 80%-ная, кг	0,04	0,03	0,04	0,03
Соль, г	200	200	200	200

1	2	3	4	5
Лавровый лист, г	0,14	0,46	—	0,47
Перец черный (горошек), г	—	0,24	0,25	0,23
Перец душистый (горошек), г	0,23	—	—	—
Перец красный (молотый), г	—	—	0,25	—
Гвоздика, г	0,23	—	—	—

Приложение 2. Применение пряно-ароматических растений в лечебных целях *

Пряно-ароматические растения в большинстве своем лекарственные. В чесноке, луке, хрене, редьке, редисе, горчице, например, содержатся антибиотики. Любисток лекарственный, майоран садовый, петрушка, сельдерей, можжевельник стимулируют деятельность почек и способствуют выведению жидкости из организма. Анис, фенхель, тмин, хрен, тысячелистник, Melissa лекарственная активизируют деятельность желудка. Лимон, апельсин, перец, горчица усиливают слюноотделение. Однако прежде, чем употреблять те или иные пряно-ароматические растения как лекарство, необходимо посоветоваться с врачом.

Пряности для больных диабетом

Базилик обыкновенный	Розмарин лекарственный
Лавровый лист	Лимон
Любисток лекарственный	Ваниль
Майоран садовый	Гвоздика
Мелисса лекарственная	Кэрри
Можжевельник обыкновенный	Имбирь
Мускатный орех, цвет	Сельдерей
Перец красный сладкий	Тимьян
(в очень небольшом количестве)	Укроп
Шалфей лекарственный	Чабер садовый
Полынь обыкновенная	Петрушка
	Эстрагон

Пряности, рекомендуемые при бессолевой диете, если органы пищеварения здоровые

Гвоздика	Лук репчатый
Имбирь	Мускатный орех, цвет
Корица	Петрушка корневая
Кресс посевной (сердечник, кресс водяной)	Сельдерей
Лавровый лист	Укроп
	Чеснок

* Из книги А. Шедо, И. Крейча «Пряности». Природа, Братислава, ЧССР, 1985.

**Пряности, рекомендуемые при заболеваниях печени
и желчного пузыря**

Любисток лекарственный	Анис
Базилик обыкновенный	Майоран садовый
Мелисса лекарственная	Ваниль
Мускатный орех, цвет (в не- большом количестве)	Гвоздика
Можжевельник (в небольшом количестве)	Имбирь
Корица	Кориандр посевной
Перец душистый	Огуречная трава
Лавровый лист	Купырь
Лук-резанец (шнитт-лук)	Перец красный (в небольшом количестве)
Лук репчатый	Перец черный (в небольшом количестве)
Розмарин лекарственный	Петрушка корневая
Тмин луговой	Лимон
Шалфей лекарственный	Укроп
Фенхель обыкновенный	Апельсин
Хрен	Эстрагон

Примечание: хрен и жгучий перец можно употреблять только в небольших количествах, очень осторожно.

**Пряности для перенесших инфаркт миокарда
и профилактики болезней сосудистой системы**

Майоран садовый	Лук репчатый
Мускатный орех, мускатный цвет	Анис
Огуречная трава	Базилик
Гвоздика	Ваниль
Розмарин лекарственный	Перец черный
Иссоп лекарственный	Имбирь
Кориандр посевной	Тимьян
Корица	Тмин луговой
Фенхель обыкновенный	Укроп
Лавровый лист	Кэрри
Шалфей лекарственный	Чеснок
Лук-резанец	Лимон
	Эстрагон

Пряности, рекомендуемые при заболеваниях почек

Базилик обыкновенный	Можжевельник (в небольшом количестве)
Перец красный сладкий (в небольшом количестве)	Мускатный орех, мускатный цвет (в небольшом количе- стве)
Перец черный (в небольшом количестве)	Огуречная трава
Петрушка корневая	Бедренец камнеломковый
Розмарин лекарственный	Ваниль
Тмин луговой	Гвоздика
Фенхель обыкновенный	Корица
Любисток лекарственный	Купырь
Мелисса лекарственная	Лук-резанец
Майоран садовый	

Лук репчатый
Апельсин
Лимон

Чабер садовый
Чеснок
Эстрагон

Примечание: соль из диеты исключается.

Приложение 3. Влияние запахов на нервную систему человека

Все растения по влиянию запахов на нервную систему человека можно разделить на две группы: тонизирующие и успокаивающие.

Душистой тонизирующей водой примерно за 10—15 мин до еды опрыскивают пищу из пульверизатора или просто вдыхают ее запах. Готовят ее из семян укропа (1 г), кориандра (2 г), листьев сельдерея (1 г), семян тмина (1 г), листьев петрушки (2 г), семян пажитника сенного (1 г), чабреца (1 г), лаврового листа (1 г), столового уксуса (10 капель), все заливают кипятком, настаивают в термосе 3—5 ч, фильтруют и используют. Эта душистая вода полезна худым людям, желающим поправиться, употребляют ее в течение 7—10 дней с перерывами.

Растения, возбуждающие нервную систему: лавровый лист, черный перец, яблоки, кофе, черная смородина, земляника, рябина, чай.

Растения, успокаивающие нервную систему: валериана, герань, лимон, мята, апельсин, мандарин, резеда.

Приложение 4. Календарь работ по выращиванию овощей на балконе и в комнате в течение года, месяца

Место выращивания	Овощные культуры			Рассада для откры- того грунта
	Выгоночные	Зеленные	Плодовые	
Комната	X—II	III—V	I—VII	IV—VI
Балкон, лоджия, веранда	V—VIII	V—IX	VI—VIII	V—VI

ЛИТЕРАТУРА

- Асеева Т. А., Найдакова И. А.* Пищевые растения в тибетской медицине.— Улан-Удэ: Бурятское книжное изд-во, 1983.
- Богданова Н. С., Осипова Г. С.* Овощные культуры в комнате.— Ленинград: Колос, Ленинградское отделение, 1984.
- Дубинин В. А.* Лук многоярусный // Картофель и овощи.— 1979, № 6.— С. 47.
- Егорова И.* Огурцы на окне // Картофель и овощи.— 1975, № 2.
- Ершов И. И., Сухотин Ю. И.* Многолетние луки // Картофель и овощи.— 1976, № 4.— С. 43—44.
- Защита растений от вредителей и болезней (на приусадебном участке).— Новосибирск: Новосибирское книжное изд-во, 1986.— С. 160.
- Каратаев Е. С.* Биологические основы выгонки овощных растений // Автореферат диссертации кандидатской.— Пушкин, 1959.— С. 20.
- Мухин В. Д.* Подготовка семян овощных культур к посеву.— М.: Московский рабочий, 1979.— С. 120.
- Огурцы на подоконнике // Приусадебное хозяйство.— 1984, № 1. (Обзорная статья об опыте А. Н. и Е. Л. Егоровых)
- Подмогильный А. Н.* Гидропоника в комнате // Картофель и овощи.— 1979, № 2.
- Райс Э.* Природные средства защиты растений от вредителей.— М.: Мир, 1986.— С. 184.
- Смирнов Н. А.* Домашний огород.— М.: Россельхозиздат, 1982.
- Сыч З. Д.* Посадочный материал для выгонки лука на зелень // Картофель и овощи.— 1982, № 10.— С. 29.
- Токин Б. П.* Целебные яды растений.— Ленинград: изд-во ЛГУ, 1980.— С. 280.
- Утянов П. Е.* Сад и огород в комнате.— Минск: Урожай, 1986.— С. 158.
- Федоров А.* Когда трещат морозы // Приусадебное хозяйство.— 1983, № 1.— С. 24—26.
- Фролов Е. В.* Выращиваю томаты на подоконнике // Картофель и овощи.— 1976, № 11.
- Ченькаева Е. А.* Зимний огород // Картофель и овощи.— 1977, № 1.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Условия культивирования овощных растений в комнате	4
Овощи, выращиваемые методом выгонки	18
Однолетние зеленные овощи	52
Теплолюбивые овощные растения	63
Овощные декоративные растения на балконе	85
Выращивание рассады овощных растений для открытого грунта	103
Защита растений от вредителей и болезней	112
Приложения	121
Литература	125

ОВОЩИ НА БАЛКОНЕ И В КОМНАТЕ

Слайды и фото Ю. М. Кабаева,
рисунки авторов

Редактор А. П. Зверева

Художник Ю. Л. Сокольников

Художественный редактор А. Н. Тобух

Технический редактор Н. Т. Федорова

Корректор Л. И. Давыдова

ИБ № 2211

Сдано в набор 2.08.88. Подписано в печать 7.12.88.
Формат 84×108/32. Бум. офс. № 2. Гарнитура литературная. Печать высокая. Усл. печ. л. 6,72. Усл. кр.-отт. 7,77. Уч.-изд. л. 6,83. Тираж 100 000 экз. Заказ № 6368. Цена 60 к.

Новосибирское книжное издательство, 630132, Новосибирск. Красноярская, 112. Типография изд-ва «Омская правда». 644056, Омск, проспект Маркса, 39.

Овощи на балконе и в комнате/ [Составитель
О 32 Л. П. Тропина].— Новосибирск: Новосибирское
книжное издательство, 1989 г., 128 с., 17 ил.

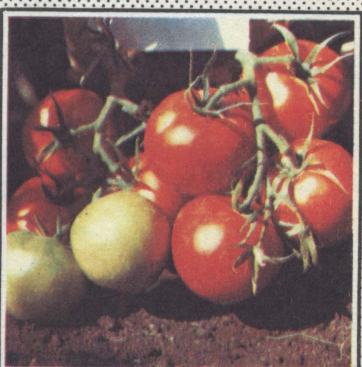
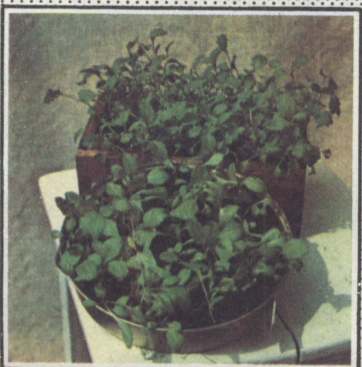
ISBN 5—7620—0019—2

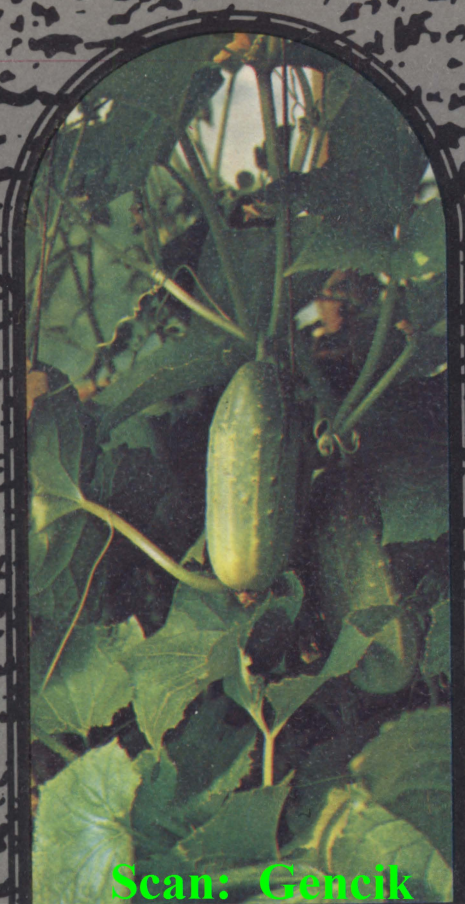
В книге рассказывается о том, какие виды растений
лучше выращивать в комнате, на балконе или лоджии, ка-
кие условия им надо создать, в какие сроки и в какой грунт
высеять семена, как вырастить рассаду.

Рассчитана на широкий круг читателей.

О 3803030300—018 19—89
М 143 (03)—89

ББК 42.34





Scan: Geneik

НОВОСИБИРСКОЕ
КНИЖНОЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО

60 к.